



Educăm cu încredere

**GHIDUL
FACILITATORULUI
PENTRU EDUCAȚIA PARENTALĂ**



Educăm cu încredere

**GHIDUL
FACILITATORULUI
PENTRU EDUCAȚIA PARENTALĂ**

Prezenta publicație a fost editată cu sprijinul financiar
al Fundației LED Servicii de Dezvoltare din Liechtenstein
prin concursul Programului Educațional *Pas cu Pas*.

© 2010: Programul Educațional *Pas cu Pas*
pentru prezenta ediție în limba română.
© 2010: Editura *Epigraf* S.R.L.

Coordonatorul ediției: *Cornelia Cincilei*
Traducere și adaptare: *Olga Olevschi*
Nicoleta Culava

Redactor: *Ala Rusnac*
Machetare computerizată și copertă: *Veronica Mariț*

Descrierea CIP a Camerei Naționale a Cărții

Educăm cu încredere: ghidul facilitatorului pentru educația parentală/Progr.
Educațional *Pas cu Pas*. Fundația LED Servicii de Dezvoltare din Liechtenstein; trad.
Olga Olevschi, Nicoleta Culava. – Ch.: *Epigraf* S.R.L., 2010 (F. E.-P. *Tipogr. Centrală*).
– 168 p.

ISBN 978-9975-947-98-5

37.018

Prefață

Prezentul *Ghid al facilitatorului pentru educația parentală* apare prin intermediul proiectului *Un start bun în viață pentru copiii din mediul rural din Moldova*, realizat de Programul Educațional *Pas cu Pas* cu sprijinul Fundației *Servicii de Dezvoltare din Liechtenstein* (LED).

Ghidul vine în sprijinul profesioniștilor din domeniile educație și sănătate, precum și altor specialiști care lucrează cu părinții care au copii mici, ajutându-i să devină mai informați și mai competenți, capabili să susțină mai bine dezvoltarea pleneră sub aspect fizic, social, emoțional, intelectual și spiritual a propriilor copii.

În *Ghid* sunt incluse 12 module tematice pentru ședințe interactive cu părinții. Modulele propuse au un caracter deschis atât sub aspect conținutal, cât și organizatoric. În dependență de necesitățile și interesele părinților, acestea pot fi extinse și completate cu teme noi, pot varia ca durată și formă de organizare.

La baza acestei ediții sunt puse materialele elaborate de Cassie Landers, recunoscut expert internațional în domeniul educației timpurii, în cadrul proiectelor Asociației Internaționale *Step by Step* (ISSA – International Step by Step Association).

Cornelia Cincilei,
Director, Programul Educațional *Pas cu Pas*

CUPRINS

Prefață	3
Introducere	5
Obiective	5
Strategii și metode utilizate în lucrul cu părinții	5
Module tematice pentru ședințe cu părinții	
Ședința introductivă.....	9
I: Nou-născutul care ne uimește	16
II: Dezvoltarea socio-emoțională: primii trei ani de viață	29
III: Alimentația corectă de la bun început.....	44
IV: Ne jucăm și învățăm: primul an de viață	58
V: Jocul: Aventura învățării.....	70
VI: Securitatea copilului	82
VII: Copilul și disciplina: O șansă de a învăța.....	92
VIII: Rolul taților în dezvoltarea copiilor	104
IX: Studiați temperamentul copilului dumneavoastră.....	117
X: Plăcerea cărții: Pregătirea pentru citit	128
XI: Fascinația cuvintelor	137
XII: Un pas înainte – de acasă la școală	151
Materiale de sprijin pentru	
<i>Ghidul facilitatorului pentru educația parentală</i>	167

Introducere

Pentru a supraviețui și a se dezvolta plenar copilul mic are nevoie de grijă și suport continuu. Această grijă și acest suport pentru dezvoltare constituie necesitatea și dreptul de bază al tuturor copiilor. În calitate de primi educatori ai propriului copil, părinții au în acest sens o responsabilitate enormă. Iar pentru o bună performanță, în orice domeniu, avem nevoie de competențe și abilități. Deci, părinții au nevoie de sprijin pentru a deveni părinți mai buni.

Nu există o singură rețetă cum să devii un părinte mai bun. Totuși, un lucru este incontestabil, acceptat de toată lumea: interacțiunile dintre părinți și copii sunt factorul critic, decisiv în creșterea sănătoasă și dezvoltarea copilului. Astfel, scopul programelor pentru părinți este de a-i ajuta să devină conștienți de ceea ce le reușește deja și de a le oferi un mediu de învățare în care să exploreze idei și deprinderi alternative pentru interacțiunile lor zilnice cu copiii.

Obiective

Obiectivul principal al componentei *educația parentală* este conștientizarea importanței rolului părinților în susținerea creșterii și dezvoltării copilului, în consolidarea sau modificarea atitudinilor, opiniilor și practicilor aplicate de părinți în raport cu îngrijirea copiilor. Programul este menit să abiliteze părinții să îngrijească și să interacționeze mai bine cu copiii, precum și să îmbogățească mediul în care există copiii. Rolul părinților este de a-i oferi copilului îngrijirea și susținerea necesară, pentru ca el să se dezvolte cu succes. Îngrijirea și susținerea părintească presupun că fiecare copil:

- Este protejat de pericol fizic.
- Beneficiază de nutriție și asistență medicală adecvată.
- Are parte de interacțiune plină de dragoste cu persoanele importante din viața lui, care îi sunt permanent în preajmă.
- Beneficiază de un mediu previzibil, iar adulții sunt consecvenți în așteptările lor față de copil.
- Este încurajat să folosească vorbirea în mod eficace.
- Are posibilitatea să învețe cum să coopereze, să împartă lucrurile cu alții, să îi ajute pe alții.
- Are șanse pentru a deveni independent, pentru a-și asuma responsabilitatea și a lua propriile decizii.
- Participă la activitățile care contribuie la dezvoltarea cunoștințelor sale.
- Este susținut să-și conștientizeze propria valoare și să devină încrezător în propriile puteri.
- Are posibilitatea să se integreze în grupuri și să-și dezvolte simțul identității culturale.
- Are parte de modele comportamentale pozitive.

Rolul adulților importanți în viața copiilor – a părinților și a altor îngrijitori primari – constă în oferirea suportului de care au nevoie copiii pentru a-și realiza plenar potențialul fizic, social, emoțional, intelectual și spiritual.

Strategii și metode utilizate în lucrul cu părinții

Succesul programelor pentru părinți constă în adaptabilitatea și flexibilitatea acestora la necesitățile părinților pentru ca ele să le fie de maximă utilitate. Necesitățile concrete ale grupurilor de părinți și copii pot fi identificate și satisfăcute cel mai bine la nivel comunitar.

Programele educaționale pentru familii pot varia ca durată, frecvență, formă de organizare, conținuturi propuse, acestea fiind în funcție directă atât de necesitățile și de posibilitățile fiecărei comunități, cât și de solicitările părinților. Există, însă, câteva momente călăuzitoare comune, care determină eficiența programelor de educație parentală, axate pe:

- a) înțelegerea unor principii de dezvoltare a copilului;
- b) înțelegerea specificului învățării adulților.

Organizând lucrul cu părinții, facilitatorii vor ține cont de specificul învățării lor ca persoane adulte, și anume de faptul că ei:

- își pot direcționa propria învățare;
- au stiluri de învățare bine pronunțate;
- simt necesitatea de a-și împărtăși experiența;
- au nevoie de informații despre modul cum se educă și se îngrijește copilul;
- simt nevoia unui echilibru între informații și susținere;
- simt necesitatea de a aplica în practică ceea ce au învățat.

Implicațiile acestor principii pentru lucrul cu părinții sunt următoarele:

- Într-un grup, părinții pot să se afle la nivel diferit ca abilitate de auto-direcționare: unii își pot dirija propria învățare mai bine decât alții. Respectiv, aceștia ar putea singuri să sugereze teme care i-ar interesa și să prezinte informații grupului. Alții ar avea nevoie de mai multă ghidare și suport din partea facilitatorului, care îi va încuraja pe părinți să reflecteze asupra propriei experiențe și să apeleze la sentimentele lor, implicându-i activ în discuții. Implicarea părinților are multe beneficii. Părinții devin conștienți că ei pot fi singuri resurse pentru alții și pot conta pe ajutorul reciproc. Aceasta contribuie la o coeziune mai mare a grupului și la consolidarea cunoștințelor.
- Stilurile individuale reflectă faptul cum adulții învață acasă, la serviciu și în alte situații de învățare. Facilitatorul trebuie să fie conștient că nu pentru toți participanții va fi suficientă doar o prezentare orală a informației. De aceea, pentru a satisface diverse stiluri de învățare, abordând o temă, facilitatorul va implica cât mai multe simțuri, lăsându-i pe părinți să audă, să vadă și să „pună mâna” pe informația oferită. De asemenea, facilitatorul îi va încuraja pe părinți să utilizeze informația cât mai curând.
- Părinții pot învăța unul de la altul. Învățarea este mai relevantă și eficientă atunci când este legată de experiența nemijlocită a părinților. Încurajându-i pe părinți să-și împărtășească experiența, facilitatorul îi va ajuta să înțeleagă mai bine sau să-și clarifice propria experiență. Facilitatorul va porni de la experiența părinților și abia apoi va adăuga, după cum este cazul, lucruri care nu au fost menționate – fie din propria experiență, fie din practici moderne încurajate de cunoștințele mai recente din domeniul dezvoltării creierului etc.
- Părinții au nevoie de informație practică utilă, în special despre sănătatea și dezvoltarea copilului, ghidarea necesară pentru dezvoltarea copilului, despre managementul în familie și dezvoltarea personală. De aceea este important să fie întrebați părinții ce teme îi interesează și să fie stabilită o agendă care să se adreseze necesităților parentale. Facilitatorul va păstra un echilibru, ținând în vizor atât copilul, cât și părintele.
- Părinții trebuie să aibă posibilitatea de a-și împărtăși ideile și sentimentele referitor la o temă sau alta. Informația poate contribui la învățare doar atunci când ea vine să susțină

unele lucruri în care crede cel care învață, stârnește curiozitatea sau stimulează idei noi. Educația parentală este o experiență nu doar intelectuală, ci și una emoțională.

- Părinții au nevoie de informație pentru a fi gata să facă față situațiilor sau problemelor cu care se vor confrunta. Nu există un singur mod corect de a fi părinte bun, dar avem mai multe șanse de a reuși dacă luăm decizii informate. Fiind expuși, în cadrul ședințelor, la mai multe alternative, părinții vor fi mai pregătiți să aleagă o cale mai potrivită în situația lor. Pe măsură ce se maturizează, adulții trec de la o aplicare amânată a celor învățate la una imediată. Învățarea, respectiv, se schimbă de la una centrată pe subiect, pe una centrată pe problemă. De aceea este important în timpul ședințelor să fie discutate acele aspecte ale problemei, care pot fi încorporate în practica de zi cu zi. Ședințele cu părinții le oferă posibilitatea de a-și revedea practicile și de a încerca lucruri noi. Este important ca facilitatorul, la ședințele ulterioare, să le propună participanților să povestească cum le-a reușit un lucru nou.

Pentru o învățare de succes facilitatorul va crea o atmosferă securizantă, în care părinții nu se vor teme să pună întrebări, să-și dea cu părerea și să-și împărtășească experiența. Facilitatorul îi va recunoaște și respecta pe părinți ca primi educatori ai propriilor copii, va aprecia succesele lor și realizările copiilor.

Accentuând ce este norma în creșterea unui copil și la ce se pot aștepta părinții la diferite etape de vârstă ale acestuia, facilitatorul îi va ajuta să evite eventualele frustrări legate de dezvoltarea și comportamentul copilului.

Facilitatorul îi va face pe părinți conștienți de rolul pe care îl joacă în determinarea viitorului copilului, arătând legătura directă dintre învățarea timpurie și succesul școlar. Este important ca accentul să se pună mai curând pe procesul de învățare (curiozitate, explorare și descoperire) decât pe rezultat (deprinderi de citire).

Facilitatorul va contribui la respectul de sine al părinților prin marcarea/celebrarea unor succese ale acestora, ajutându-i să-și vadă copiii ca persoane creative, curioase și inventive. Facilitatorii vor accentua rolul părinților ca învățători și modele comportamentale.

Facilitatorii vor oferi suport emoțional și practic părinților, care oricum zilnic aud și sunt conștienți de nevoile copiilor. Axarea excesivă pe copii îi va face pe părinți să se simtă invizibili. Atunci când facilitatorul încearcă să privească lucrurile din perspectiva părinților, el le transmite un mesaj de încredere și respect reciproc. Părinții simt necesitatea de a fi observați, auziți și înțeleși.

Pentru a fi un model de consecvență pe care să-l urmeze părinții în raport cu copiii lor, facilitatorul va reveni asupra subiectului, dacă a promis s-o facă, și se va ține de cuvântul dat în alte circumstanțe.

În calitate de educator al părinților, facilitatorul nu trebuie să pretindă că le cunoaște pe toate. Întrucât nimeni nu este atotștiutor, este firesc ca el să solicite ajutor chiar de la părinți. Acest lucru poate contribui la o și mai mare încredere reciprocă și poate genera un sentiment reconfortant la părinți.

Ședința introdactivă



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor face cunoștință unii cu alții, vor stabili o relație cu membrii grupului de părinți.
- Vor stabili regulile grupului.
- Vor depăna amintiri din propria copilărie.
- Vor elabora cartea „Istoriile familiei”.

ACTIVITATE DE ENERGIZARE

Înainte de a începe ședința, pregătiți un set de fișe colorate în două exemplare (de ex., 2 fișe de culoare albastră, 2 fișe de culoare verde etc.). Asigurați-vă că aveți fișe pentru fiecare participant. Puneți fișele într-o cutie. Pe măsură ce participanții intră în sala de curs, îi veți ruga să aleagă o fișă.

Începeți ședința prin a-i saluta pe participanți și a-i ruga să formeze perechi, identificând persoana care are fișa de aceeași culoare ca a lor. Odată ce își găsesc perechea, participanții vor fi rugați să discute timp de 5 minute și să afle lucrurile pe care le au în comun ei sau copiii lor.

INTRODUCERE: EDUCĂM CU ÎNCREDERE

Rugați-i pe participanți să se prezinte: numele, numărul și vârsta copiilor, câți adulți locuiesc în casă, dacă învață sau lucrează.

Rugați un părinte să scrie pe foaie de flip-chart numele fiecărui participant, numărul și vârsta copiilor.

Întrebați-i pe părinți ce au aflat nou despre grup din informația notată pe foaia de flip-chart (Câți părinți au un singur copil, câți au doi sau mai mulți etc.).

După prezentarea participanților, facilitatorul va face o prezentare succintă a principiilor și convingerilor ce stau la baza materialelor și subiectelor ce vor fi discutate în cadrul ședințelor cu părinții:

- A fi părinte presupune o responsabilitate enormă. În calitate de primi educatori ai propriului copil, părinții au o influență majoră și de durată asupra copiilor.
- Părinții își cunosc cel mai bine copiii și trebuie să decidă de sine stătător cum îi vor crește.

- Nu există un singur mod corect de a fi părinte bun. În cadrul ședințelor de educație parentală, părinții vor avea posibilitatea de a explora și a se familiariza cu o serie de strategii pe care le vor putea utiliza în educația copiilor dvs.
- Facilitatorul nu trebuie să pretindă că le cunoaște pe toate. Mai curând, el trebuie să învețe împreună cu părinții, să le ofere susținere, sugestii și ajutor, pentru ca ei să învețe unii de la alții.

Scrieți pe foaie de flip-chart trei scopuri de bază ale educației parentale:

- O cunoaștere de sine mai bună.
- O cunoaștere mai bună a copilului.
- Utilizarea acestei informații cu scopul de a ajuta părinții să-și susțină copiii, pentru ca aceștia să-și realizeze plenar potențialul fizic, social, emoțional, intelectual și spiritual.

Întrebați-i pe participanți dacă au scopuri adiționale, pe care ar vrea să le atingă în continuare.



DISCUȚII ÎN GRUP

În cadrul primelor ședințe cu părinții vor fi stabilite regulile de bază ale grupului. Părinții împreună cu facilitatorii vor propune reguli care reflectă așteptările lor privind lucrul grupului de părinți. Ajutați-i pe părinți să înțeleagă că în cadrul ședințelor ei vor discuta diverse probleme personale și familiale, de aceea stabilirea unor reguli de bază îi va ajuta să se simtă mult mai siguri și mai confortabil.

Când stabiliți regulile de bază ale grupului:

- Rugați-i pe participanți să ofere sugestii și să le noteze pe foaia de flip-chart. Încurajați participarea tuturor părinților.
- Discutați fiecare sugestie/propunere. Întrebați-i pe participanți dacă sunt sau nu de acord cu regula propusă. Ce impact pozitiv sau negativ are aceasta asupra grupului?
- Grupul acceptă regula propusă. Acest lucru se întâmplă în mod neformal, în cadrul discuțiilor de grup, și nu prin votare. Este important să se ajungă la un numitor comun privind stabilirea regulilor. Încercați să stabiliți reguli care sunt acceptate de toți membrii grupului. Afișați regulile grupului la fiecare ședință cu părinții.
- Este util să reactualizați regulile de bază.

Le puteți sugera părinților câteva exemple de reguli ale grupului:

- **Nu judecați**
- **Respectați părerile altora**
- **Ascultați-vă reciproc**
- **Mentțineți confidențialitatea**
- **Participați cât mai activ la activitățile în care vă simțiți confortabil**
- **Acordați-vă timp**
- **Anunțați facilitatorul despre întârzierea sau absența dvs. la ședință**
- **Distrați-vă.**



DISCUȚII ÎN GRUP

Reminiscențe: amintiri din copilărie

Amintirile din propria copilărie constituie o cale importantă de a afla mai multe despre propria persoană și despre părerile dvs. referitoare la rolul de părinte. Este unul din primii pași pentru construirea propriei familii. Pe măsură ce copilul dvs. crește, veți lua decizii pentru familia dvs. bazate pe experiență, pe cele ce se întâmplă în prezent și pe speranțele dvs. pentru viitor.

Începeți ședința cu o discuție generală, rugându-i pe participanți să se gândească și să răspundă la următoarele întrebări:

- *Care sunt cele mai memorabile amintiri din copilărie?*
- *Ce istorii ați vrea să le povestiți copiilor dvs.?*
- *Ce amintiri legate de copilărie ați vrea să memorizeze și să-și amintească copilul dvs.?*
- *Ce puteți face ca copilul dvs. să aibă parte de amintiri frumoase din copilărie?*

Împărțiți-le participanților materialul suplimentar „*Reminiscențe: amintiri din copilărie*”. Rugați participanții să se gândească și să răspundă în scris la întrebările din acest material. Ei pot continua această activitate acasă.

Faceți un sumar al discuției, încurajând participanții să se gândească la propria copilărie și la activitățile zilnice de rutină ca la niște istorii. Acum, în calitatea lor de părinți ai copiilor mici, ei vor începe niște capitole noi în viețile lor. În cadrul activității următoare, ei vor avea posibilitatea să-și expună istoriile în scris.



ACTIVITATE

Crearea cărții „Istoriile familiei”

Scopul acestei activități este:

- Crearea cărții „Istoriile familiei” (în această carte vor fi incluse istorii reale despre viața familiei de fiecare zi, amintirile legate de participarea părinților la ședințele de educație parentală etc.).

Pentru realizarea acestei activități oferiți-le participanților materialele necesare: hârtie, foarfece, lipici, cariocă etc.

Înainte de a începe activitatea, le puteți sugera părinților următoarele:

- Puteți crea o carte sau un album cu istoriile familiei.
- Dacă aveți poze, lipiți-le în carte și descrieți-le.
- Includeți istorii cu privire la zilele de naștere, sărbătorile și călătoriile familiei.
- Puteți include, de asemenea, desene și lucrări ale copiilor.
- Puteți să lucrați la elaborarea cărții pe toată perioada desfășurării programului de educație parentală.

Le puteți demonstra participanților fotografii sau alte lucruri personale care vă amintesc de propria copilărie și care pot fi incluse într-o astfel de carte. Încurajați părinții să experimenteze cu materialele și să decoreze paginile cărții așa cum doresc.

După ce fiecare participant va realiza cel puțin o pagină a cărții „Istoriile familiei”, puteți încheia această activitate.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Lucrul asupra cărții „Istoriile familiei”

Oferiți-le participanților materiale pe care le pot folosi acasă în lucrul asupra elaborării cărții „Istoriile familiei”. Încurajați părinții:

- să facă și să includă în carte conturul mânuțelor și piciorușelor copilului;
- să facă fotografii ale membrilor familiei implicați în diverse activități de rutină cum ar fi trezirea, luarea mesei, plecarea la piață, culcarea etc.;
- să includă în carte astfel de lucruri ca: xerox la certificatul de căsătorie, certificatul de naștere al copilului, ecusonul copilului din maternitate, felicitări și scrisori, desenele copilului, tichete, flori și frunze uscate, imagini din reviste, fotografii vechi.

Împărțiți participanților materialul suplimentar *Lucrul asupra cărții „Istoriile familiei”*, pentru a le aminti ce au de făcut acasă pe parcursul acestei săptămâni. Spuneți-le părinților că în cadrul ședinței următoare vor avea posibilitatea să-și împărtășească gândurile și ideile privind lucrul asupra cărții „Istoriile familiei”.

Materialul suplimentar

Reminiscente: amintiri din copilărie

Dacă aveți poze din copilărie, lipiți una din ele (sau o copie) aici.

Ce vă amintiți despre părinții și familia dvs. de când erați foarte mic?

Ce imagini vă apar când vă gândiți la trecut?

Ați auzit istorii despre dvs. pe când erați mic?

Ce vă amintiți din copilăria dvs. petrecută împreună cu frații, surorile, verii?

Ce evenimente de familie, tradiții și / sau sărbători vă amintiți?

Aveți amintiri deosebite despre ceea ce vă plăcea să faceți împreună cu familia pe când erați mic?

Cum părinții dvs. și alți membri ai familiei vă arată dragostea lor?

Materialul suplimentar

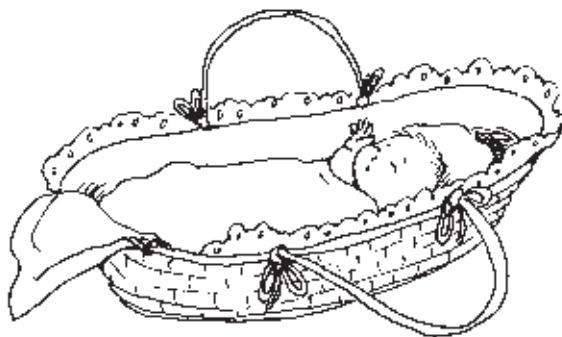
Lucrul asupra cărții „Istoriile familiei”

Încurajați părinții:

- să facă și să includă în carte conturul mânuțelor și piciorușelor copilului;
- să facă fotografii ale membrilor familiei implicați în diverse activități cum ar fi trezirea, luarea mesei, plecarea la piață, culcarea etc.;
- să includă în carte astfel de lucruri ca: xerox la certificatul de căsătorie, certificatul de naștere al copilului, ecusonul copilului din maternitate, felicitări și scrisori, desenele copilului, tichete, flori și frunze uscate, imagini din reviste, fotografii vechi.



Nou-născutul care ne uimește



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor revedea cele 5 simțuri ale nou-născutului, care îl ajută să studieze lumea din jur.
- Vor discuta prin ce se deosebesc bebelușii.
- Vor analiza de ce plânge nou-născutul și care sunt metodele de calmare.

lor. În cadrul acestei ședințe se va pune accentul pe faptul că instinctele și cunoștințele mamei, îmbinate cu reacțiile și temperamentul nou-născutului vor contribui la crearea unui mediu favorabil, care să asigure dezvoltarea nou-născutului pe parcursul primelor săptămâni de viață.

La naștere, copilul are de înfruntat mult mai multe schimbări decât în orice altă perioadă a vieții. Separându-se de corpul uman, copilul trebuie să se învețe să aibă grijă de sine însuși, să fie autonom. El trebuie să-și folosească reflexele de supt, înghițit și digerat mâncarea. El trebuie să folosească energia obținută din mâncare, pentru a menține ritmul de activitate firesc al organismului și a asigura creșterea lui permanentă. El trebuie să respire pentru a primi oxigenul necesar și trebuie să-și mențină căile respiratorii curate. De asemenea, el trebuie să se obișnuiască cu toate surprizele oferite de lumea înconjurătoare. În jur sunt sunete, mirosuri, gusturi și obiecte care trebuie studiate. Totul este nou. Totul este inedit. Bebelușul se naște cu reflexe care îl ajută să supraviețuiască. Bebelușul nu se cunoaște pe sine și încă nu înțelege că mâinile sunt o parte componentă a corpului lui. Reflexul de supt se activează atunci când i se oferă mamelonul. Nou-născutul este programat pentru a supraviețui. În primele zile de viață, comportamentul nou-născutului este destul de imprezvizibil. Alimentația și somnul sunt procese instabile. Pe parcursul primelor luni de viață, se manifestă un șir de modele de somn. Bebelușul poate să plângă brusc, fără un motiv anume și la fel de repede se poate opri din plâns. Părinții sau persoanele care îl îngrijesc pe bebeluș, de asemenea, au multe de învățat despre ceea ce îl face pe acest copil atât de special. În primele zile de viață bebelușul și părintele învață unul de la celălalt. Nou-născutul contribuie la succesul interacțiunii prin respectarea unor modele de comportament previzibile, iar părinții – prin faptul

că sunt observatori buni și interpretează corect semnalele copilului. Nou-născuții nu sunt pasivi. Dimpotrivă, ei dispun de un șir de abilități necesare pentru a interacționa cu mediul. Instinctele și cunoștințele mamei, îmbinate cu reacțiile și temperamentul nou-născutului sunt cele mai potrivite îndrumare spre asigurarea dezvoltării nou-născutului pe parcursul primelor săptămâni de viață.

Copilul trebuie să stabilească un raport strâns cu persoana care îl îngrijește, iar aceasta, la rândul ei, să-i satisfacă necesitățile, astfel încât noua lui viață să nu difere foarte mult de cea intrauterină. Nevoile nou-născutului sunt simple, imediate și repetitive. Este vorba despre hrană, căldură, confort și siguranță. Persoanele care îl înconjoară pe bebeluș constituie puntea sa către înțelegere, îi asigură susținerea necesară pentru a învăța lucruri noi și îi oferă dragostea, pentru ca să se simtă dorit în această lume nouă.

Învățând prin simțuri

Simțurile nou-născutului

Probabil, credeți că toate sunetele și imaginile noi îl copleșesc pe nou-născut, dar nu este adevărat. Copilul se naște cu abilități și instincte care îl ajută să studieze lumea din jur – el învață în mod activ. Din momentul nașterii, copilul începe să învețe prin intermediul celor cinci simțuri. Nou-născutul nu trebuie să învețe să vadă, să audă, să-și dezvolte simțul tactil, să miroase sau să simtă gustul mâncării. Copilul are nevoie să treacă prin diverse experiențe.

Gustul și mirosul. Nou-născutul simte gusturile și mirosurile – de fapt, el preferă mâncarea cu gust dulce și mirosurile plăcute. Bebelușilor nu le place mâncarea cu gust amarui sau acru. Nou-născutul va întoarce capul, dacă va simți mirosuri puternice neplăcute.

Simțul tactil. Bebelușii au simțul tactil dezvoltat. Creierul lor recepționează, prin intermediul pielii, semnale privind temperatura, atingerile și durerea. Bebelușul adoră atingerile. Nou-născutul se calmează, simțind căldura corpului dumneavoastră. Bebelușul întoarce capul în direcția dumneavoastră dacă îi atingeți obrazul și tresare un pic când medicul îl atinge pe piept cu stetoscopul rece.

Auzul. Bebelușul începe să recunoască vocea mamei curând după naștere. Nou-născutul este capabil să audă aceleași sunete ca și ceilalți copii și este atras de voci, în special de cele feminine. El tresare când aude sunete bruște și poate să înceapă a plânge, dacă aude alți copii plângând. Copilul va înceta din plâns la auzul unor sunete liniștitoare – un cântec de leagăn, bătăile inimii sau vocea dumneavoastră.

Văzul. Nou-născutul poate vedea de la naștere. Sunetele cele mai importante pentru el sunt vocile, iar imaginile cele mai importante – fețele oamenilor. Din primele clipe, nou-născutul observă fețele și le studiază cu atenție, concentrându-se, în special, asupra obiectelor aflate la aproximativ 20 cm distanță. Bebelușilor le place să vadă culori aprinse, combinate în diverse moduri. Bebelușii imită mimica – zâmbetele și expresiile faciale încruntate.

Simțurile copilului la naștere

Gustul, mirosul, simțul tactil	Văzul	Auzul
Preferă mâncarea cu gust dulce	Își concentrează privirea la distanța de 20-30 cm	Auzul este dezvoltat pe deplin
Evită mâncarea cu gust amarui sau acru	Ochii se mișcă în toate direcțiile, uneori încrucișându-se	Recunoaște unele sunete
Recunoaște mirosul laptelui mamei	Preferă culorile alb și negru și combinațiile de culori contrastante	Poate întoarce capul când aude sunete cunoscute
Preferă texturile moi și nu-i plac texturile aspre	Preferă să studieze fețele celor din jurul lui	Nu-i plac sunetele puternice sau cele produse brusc



DISCUȚII ÎN GRUP

Adresați-le participanților întrebările de mai jos:

- Sunteți de acord cu afirmația că nou-născutul învață activ?
- Cum învață nou-născutul despre lumea din jur?

Faceți un sumar succint al discuției și includeți informația în lectura de bază.



ACTIVITATE

Activitate în grupuri mici

Rugați-i pe participanți să formeze grupuri mici după cum urmează:

grupul I: Auzul, mirosul și gustul;

grupul II: Simțul tactil;

grupul III: Văzul.

Iată câteva subiecte pentru discuție:

Grupul I: Auzul, mirosul și gustul

- Cum reacționează nou-născutul la vocea mamei?
- Ce mirosuri/gusturi preferă?
- Ce pot face părinții pentru a-și încuraja bebelușul să învețe prin intermediul auzului, mirosului și gustului?

Grupul II: Simțul tactil

- De ce contactul prin intermediul pielii îl calmează pe nou-născut?
- Ce pot face părinții pentru a ajuta bebelușul să cunoască lumea din jur?

Grupul III: Văzul

- Care sunt caracteristicile obiectelor ce sunt atât de atractive pentru nou-născut?
- Cum vă puteţi juca cu bebelușul astfel încât să-și folosească văzul?

Rugați o persoană din fiecare grup să facă un sumar succint al discuțiilor.

SUMAR

La sfârșitul activității, facilitatorul va prezenta un sumar al punctelor-cheie:

Jucați-vă cu bebelușul: zâmbiți, încruntați-vă, râdeți, faceți cu ochiul, dați din sprâncene, faceți orice vă trece prin cap. Fiți nostim. Acordați atenție deplină bebelușului, vorbiți cu el. Comentați întotdeauna ce aveți de gând să faceți: să-l hrăniți, schimbați, scăldați sau legănați. Astfel, veți stimula dezvoltarea creierului și îl veți face pe bebeluș să se simtă iubit și important.

După această discuție, împărțiți-le participanților materialul suplimentar „Cum să ajutați copilul să învețe prin simțuri”.

Reflexele nou-născutului: Învățăm să ne mișcăm

Bebelușul se naște cu reflexe care îl ajută să supraviețuiască. Anumite poziții sau secvențe de mișcări automatizate sunt caracteristice pentru toți nou-născuții sănătoși. În primele săptămâni de viață, bebelușul manifestă reflexe care creează impresia că el se poate târî sau chiar merge. Aceste reflexe simple vor dispărea peste câteva zile și vor reapărea numai peste câteva luni. De exemplu, dacă veți culca bebelușul pe burtică, el va îndoi brațele și picioarele de parcă ar vrea să se târască. Dacă veți ridica bebelușul în poziție verticală, astfel încât tălpile să i se atingă de o suprafață rigidă, el va păși, mișcând pe rând picioarele. Ca și alte reflexe, acestea vor dispărea peste câteva zile. Va trece aproape un an până copilul va învăța să meargă cu adevărat. Alt reflex puternic este apucarea. Dacă veți atinge palma bebelușului, el își va strânge imediat degetele. El va apuca strâns și jucăria pusă în pumnul lui. Aceasta este o reacție automată numită reflex de apucare. Înainte ca bebelușul să poată apuca ceva intenționat, el trebuie să fie capabil să-și fixeze privirea asupra obiectului, să întoarcă capul pentru a-l urmări și să-și controleze suficient de bine mișcările brațelor. Acesta este un pas important în evoluția sa spre dezvoltarea coordonării dintre mișcare și privire.

Temperamentul nou-născutului / Fiecare copil este deosebit



DISCUȚII ÎN GRUP

Rugați-i pe participanți să numească cuvintele care descriu/caracterizează temperamentul

sau personalitatea bebelușului. Notați răspunsurile pe foaie de flip-chart. Încercați să grupați răspunsurile în trei tipuri de nou-născuți:

- Bebeluși liniștiți și atenți
- Bebeluși hipersensibili
- Bebeluși relaxați.

Puteți oferi informații suplimentare privind această discuție:

Toți nou-născuții sănătoși au multe caracteristici comune. În același timp, fiecare dintre ei este unic.

Bebelușii liniștiți și atenți

De regulă, bebelușilor le place căldura pe care o simt la apropiere de pieptul adultului. Bebelușii care nu preferă să fie mângâiați nu vor să fie strânși la piept sau înfășați strâns. Se pare că acești copii preferă contactul vizual al mângâierilor. Spre deosebire de cei care au nevoie de interacțiune vizuală, auditivă, dar și de contact fizic, acești bebeluși se simt bine când pot privi și asculta nestingheriți.

Bebeluși hipersensibili

Deși toți bebelușii tresar când aud sunete puternice și nu preferă o lumină intensă, copiii hipersensibili manifestă reacții extreme în cazul confruntării cu aceste tipuri de stimulare. Chiar și propriile mișcări, necontrolate, le încurcă să adoarmă strâns. Când sunt luați în brațe, ei se încordează, iar când sunt puși pe pat, tresar. Orice schimbare în mediu, oricât de mică ar fi, îi alarmează și îi deranjează.

Bebeluși relaxați

Unii bebeluși par să evite viața, dormind încontinuu. Aceștia sunt bebelușii care nu creează probleme. Ei nu sunt pretențioși și chiar trebuie să fie treziți la ora alăptatului. Adeseori este dificil să-i faci să rămână treji pentru a fi hrăniți. Se pare că nu îi interesează deloc mediul și activitățile de rutină. Ei plâng rar. Uneori bebelușii foarte somnoroși nu adaugă în greutate după cum ar trebui, fiindcă nu simt nevoia să mănânce. Trebuie să depui eforturi pentru a-l face pe un astfel de copil să se implice în diferite forme de interacțiune socială. Încercați să-l faceți să se intereseze de diverse obiecte, să le privească și să reacționeze la cele văzute.

Iată câteva subiecte pentru discuție în grup mare sau mic:

- Prin ce cuvinte l-ați putea descrie pe copilul dvs.?
- Ce vă place la bebelușul dvs.?
- Ce caracteristici vă par dificile la bebelușul dvs.?
- V-a fost greu să reacționați la semnalele emise de bebeluș? Ce ați făcut?

La sfârșitul activității, facilitatorul va prezenta un sumar al punctelor-cheie:

Studiați reacțiile copilului cu scopul de a afla care sunt metodele cele mai potrivite pentru a-l face să se simtă bine. De exemplu, pentru unii copii poate fi dificil să vă asculte când vă adresați lor și în același timp îi priviți. Ar putea fi necesar să vă limitați la un singur tip de activitate – să-l priviți pe bebeluș în ochi fără a vorbi sau să îi cântați fără a-l privi. Nou-născuții au multe caracteristici comune. În același timp, fiecare dintre ei este unic. Un lucru este, totuși, specific pentru toți copiii. Toți au nevoie de atenția părinților. Ei trebuie să se simtă confortabil. Persoanele care îl înconjoară pe bebeluș constituie puntea sa către înțelegere, îi asigură susținerea necesară pentru a învăța lucruri noi și îi oferă dragostea, pentru ca să se simtă dorit în această lume nouă.

Plânsul și calmarea

De ce plâng nou-născuții?

Prin plâns bebelușul comunică cu alte persoane. Diferite tipuri de plâns transmit diferite tipuri de informație. Bebelușii întotdeauna plâng dintr-un motiv anume. De regulă, nevoile lor sunt simple și pot fi satisfăcute cu ușurință prin hrană, căldură, îmbrățișare sau legănat. În mod tipic, nou-născuții plâng pe parcursul zilei timp de circa 2 ore și jumătate. Este foarte posibil ca bebelușul să plângă cel mai mult între vârsta de 2 săptămâni și 2 luni. La vârsta de 3 luni, copilul plânge tot mai puțin, iar plânsul devine tot mai previzibil.



DISCUȚII ÎN GRUP

Rugați-i pe participanți să vă spună câteva motive pentru care bebelușii plâng. Notați răspunsurile pe foaie de flip-chart. Faceți un sumar succint și prezentați informația care nu a fost discutată.

Iată câteva dintre motivele pentru care bebelușii plâng:

- **Foamea.** Una dintre cele mai frecvente cauze ale plânsului nou-născutului este foamea. El se va opri din plâns când laptele mamei va ajunge în stomacul lui.
- **Stimularea excesivă.** Stimularea excesivă – sunete puternice și bruște, lumini stridente, manipulări grosolane – pot copleși bebelușul. Nivelul excesiv de stimulare se determină în funcție de dispoziția și temperamentul bebelușului. Ceea ce îl distrează când este treaz, bine dispus și sătul îl poate face să plângă, dacă este iritat sau flămând.
- **Frigul.** Copilul treaz va plânge, dacă i se va face frig. Plânsul va înceta imediat după ce bebelușul va fi adus într-o încăpere caldă.
- **Mișcările necontrolate.** Majoritatea nou-născuților au ticuri și se smuncesc când sunt somnoroși și sunt gata să adoarmă. Unii bebeluși se trezesc, fiind speriați de propriile mișcări. Ei plâng, adorm, se mișcă brusc, iar încep să plângă, nereușind să adoarmă. Bebelușii se vor

simți mai confortabil, dacă vor fi înfășați sau înveliți nu prea strâns, dar nici prea liber. În-
fășatul împiedică mișcările necontrolate ale bebelușului, care l-ar putea deranja. Bebelușii
trebuie înfășați în poziția cea mai firească, cu brațele puțin îndoite din coate și picioarele
puțin îndoite din genunchi. Măinile bebelușului se recomandă să fie lăsate libere, ca el să-și
poată suge degetele. Când începe să-l deranjeze strânsoarea, el dă din picioare și încearcă
să-și recapete libertatea.

- **Lipsa contactului fizic.** Bebelușii care plâng până sunt luați în brațe, sunt calmi cât timp sunt în brațe și încep iarăși să plângă când sunt lăsați jos. Ei plâng, deoarece nu se simt confortabil în lipsa contactului fizic. Bebelușii sunt bine dispuși când sunt ținuti în brațe, fiindcă așa le dictează instinctul și fiindcă acesta este un lucru firesc pentru dânsii.
- **Iritabilitatea.** Unii copii sunt, pur și simplu, mai iritabili decât alții. Bebelușii care nu se pot relaxa se calmează în urma unor mișcări sau sunete ritmice. Se pare că ele blochează cauzele disconfortului intern sau extern. Suptul ajută în cazul unei stări de iritare generală care îl împiedică pe bebeluș să adoarmă.



ACTIVITATE

Activitate în grup mic

Împărțiți-le participanților cartele cu situații tipice ale unui bebeluș care plânge. De exemplu, e ora 3:30 dimineața și bebelușul plânge timp de 20 minute. Copilul plânge din ce în ce mai tare. Ați încercat să liniștiți copilul prin toate tehnicile cunoscute, iar el nu se oprește din plâns.

Fiecare grup va primi situații diferite care vor fi discutate în baza subiectelor de mai jos.

Întrebări pentru discuție:

- Dacă bebelușul ar putea vorbi, ce ar trebui să vă spună?
- Cum vă simțiți în astfel de situații?
- Ce puteți să faceți?

Pe parcursul discuției ce urmează, facilitatorul îi va ruga pe participanți să scrie propriile sugestii pe coli de hârtie, care vor fi lipite pe perete, astfel încât să poată fi văzute și citite de către toți participanții. Rugați-i să ofere recomandări noi și utile. Faceți un sumar succint al tuturor sugestiilor și înmânați-l participanților în cadrul următoarei ședințe de grup.

SUMAR

La sfârșitul activității, facilitatorul va prezenta un sumar al punctelor-cheie:

Reacționați la plânsul bebelușului, astfel îi dați copilului de înțeles că este apreciat și că poate fi încrezător față de această lume. Bebelușul plânge dintr-un motiv anume. Nu veți răsfăța copilul dacă veți reacționa imediat la semnalele lui și îl veți lua în brațe când plânge. Cercetările arată că bebelușii care sunt ținuti în brațe și strânși la piept mai des, atât atunci când plâng, cât și atunci când sunt mulțumiți, plâng mai rar. Nu uitați că pentru bebeluș dumneavoastră sunteți cea mai dragă persoană din lume.

Ce sunt colicile?

Notă pentru facilitatori

În discuțiile legate de plânsul nou-născutului, părinții ar putea adresa întrebări legate de colicile copilului. Ați putea să le împărtășiți participanților materialul suplimentar „*Colicile: plânsul nou-născutului*”.

Unii bebeluși suferă de așa-numitele colici infantile. La vârsta de 3-4 săptămâni, bebelușul începe să plângă după masă sau seara. La aceeași oră, zilnic, plânsul se transformă în accese cu țipete care durează 1-3 ore. Nici un efort al părinților nu poate să calmeze copilul, el încetează singur din plâns. Cauzele colicilor nu sunt cunoscute cu certitudine. Hiperactivitatea intestinală și acumularea de gaze pot fi cauza colicilor. Unii specialiști consideră că la apariția colicilor contribuie temperamentul bebelușului: activ, sensibil, cu program neregulat. Deși colicile copilului sunt o încercare grea pentru mamă, cauza lor nu este cunoscută, nu există tratament și nu se cunosc efecte negative ale colicilor. De regulă, colicile durează până la vârsta de 12 săptămâni.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Bebelușul meu la vârsta de o lună

Împărtășiți-le participanților materialul suplimentar: „*Eu cresc: bebelușul la vârsta de o lună*”.

Rugați-i să se gândească la întrebările din acest material și să-și împărtășească gândurile în cadrul ședinței următoare.

Materialul suplimentar

Cum să ajutați copilul să învețe prin simțuri

Vă propunem câteva sfaturi privind modul în care îl puteți ajuta pe bebeluș să cunoască lumea din jur.

Simțul tactil

- Strângeți copilul la piept, cuprindeți-l, sărutați-l și mângâiați-l ușor.
- Culcați copilul pe spate. Apoi ridicați-i brațele deasupra capului sau împingeți-i piciorușele îndoite în genunchi spre abdomen.
- În timp ce bebelușul este culcat pe burtică, apăsați-i ușor cu mâna tălpile.
- Întotdeauna fiți atenți când atingeți copilul. Nu îl aruncați în sus.
- Purtați bebelușul într-un rucsac special (marsupiu), astfel încât el să stea lipit de pieptul dumneavoastră cald, auzind bătaile liniștitoare ale inimii dumneavoastră.



Văzul

- Folosiți din plin mimica – zâmbiți, încruntați-vă, râdeți, faceți cu ochiul, dați din sprâncene, faceți orice vă trece prin cap. Fiți nostim.
- Atârnați jucării sau imagini în culori aprinse, astfel încât bebelușul să le poată privi.
- Atrageți atenția copilului la obiectele în culori aprinse. Mișcați lent obiectul în fața bebelușului, astfel încât el să-l urmărească.
- Arătați-i copilului jucăria, iar apoi faceți să „dispară” și să „reapară”. Manifestați mirare când revedeți jucăria.
- Jucați-vă cu bebelușul: aduceți mâinile bebelușului în fața ochilor lui și apoi îndepărtați-le în părți.
- Plasați bebelușul astfel încât el să poată vedea obiecte în mișcare – umbre, raze solare, jucării mobile, draperii mișcate de adierea vântului.

Auzul

- Acordați atenție deplină bebelușului, vorbiți cu el. Comentați întotdeauna ce aveți de gând să faceți, cu o intonație caldă, prietenoasă sau imitați diverse sunete care însoțesc o anumită acțiune.
- Includeți muzică relaxantă, lentă.
- Vorbiți cu bebelușul din diferite părți ale camerei, pentru ca el să învețe să coordoneze sunetele cu imaginile.
- Produceți diferite sunete – șoptiți, chicotiți, fluierați, cântați sau îngânați melodii.

Materialul suplimentar

Reflexele nou-născutului

Bebelușul se naște cu reflexe care îl ajută să supraviețuiască. Anumite poziții sau secvențe de mișcări automatizate sunt caracteristice pentru toți nou-născuții sănătoși.

Apucarea. Când atingeți palma bebelușului cu degetul, el va strânge palma în pumn.

Tresăririle. La auzul unui sunet apărut brusc sau dacă este zdruncinat pătuțul, bebelușul va întinde brațele și picioarele, apoi le va strânge înapoi și va începe să plângă.

Suptul. Atingeți colțul gurii bebelușului și acesta se va întoarce în direcția degetului dumneavoastră. Acest reflex are importanță deosebită pentru ca bebelușul să găsească și să apuce cu gura mamelonul sau degetul pentru a se liniști.

Reflexul pășirii. Dacă veți ridica bebelușul în poziție verticală, astfel încât tălpile să i se atingă de o suprafață rigidă, el va pași mișcând pe rând picioarele.



Copilul vă va da de înțeles de ce are nevoie

- Bebelușul plânge când este flămând, când îi este prea cald, când simte că este ud, când este prea excitat, când se simte singur sau când este luat prin surprindere.
- Bebelușul gângurește când este mulțumit și liniștit.
- Bebelușul se mișcă, întinde și strânge degetele, pentru a manifesta plăcere.
- Bebelușul folosește mimica: se încruntă sau zâmbește, demonstrând sentimente de frustrare sau de bucurie.
- Bebelușul întoarce capul în direcția de unde se aude vocea dumneavoastră.
- Bebelușul întoarce capul de la mâncare (de la sân) când se satură.



Fiecare copil este deosebit

Nu există doi copii identici. Bebelușii se deosebesc prin diverse caracteristici care se referă la:

- Particularitățile somnului.
- Durata și motivul plânsului.
- Reacția la lumină, la sunete și mirosuri.

Studiați reacțiile copilului cu scopul a afla care sunt metodele cele mai potrivite pentru a-l face să se simtă bine. De exemplu, pentru unii copii poate fi dificil să vă asculte când vă adresați lor și în același timp îi priviți. Ar putea fi necesar să vă limitați la un singur tip de activitate – să-l priviți pe copil în ochi fără a vorbi sau să îi cântați fără a-l privi.

De cât somn are nevoie copilul dumneavoastră?

De regulă, nou-născutul doarme trei ore la rând, iar apoi rămâne treaz pentru o oră. De obicei, el se trezește când este flămând și adoarme când este sătul. Majoritatea nou-născuților dorm 12-20 de ore pe zi. În primele zile de viață, bebelușii nu fac deosebire între zi și noapte, de aceea nu veți remarca nici o diferență în programul bebelușului pe parcursul a 24 de ore. Peste câteva zile, veți observa că copilul doarme mai mult în timpul nopții.



Unii bebeluși plâng înainte ca să adoarmă. Aceasta nu trebuie să vă îngrijoreze, precum și scâncetele ocazionale din timpul somnului. Dacă bebelușul este frustrat, flămând sau nu se simte comod, el va începe să plângă mai tare și mai insistent. Uneori, bebelușul plânge, fiindcă este prea obosit și vrea să doarmă.

Culcați bebelușul pe spate înainte de a-l adormi. Studiile științifice au demonstrat că bebelușii care dorm pe burtică sunt expuși mai mult riscului de a deceda în somn sau din cauza sindromului de deces infantil subit.

Materialul suplimentar

Colicile: plânsul nou-născutului



Bebelușii comunică cu lumea prin plâns. Plânsul copilului întotdeauna este motivat. De regulă, necesitățile bebelușului sunt elementare și pot fi satisfăcute prin oferirea hranei, căldurii, prin îmbrățișări sau legănat. Nu veți răsfăța copilul dacă îl veți ține în brațe când plânge. Bebelușii care sunt ținuti în brațe și strânși la piept mai des, atât atunci când plâng, cât și atunci când sunt mulțumiți, plâng mai rar. Sunt însă și cazuri când bebelușul plânge, indiferent de toate eforturile dumneavoastră. Această situație apare atunci când este vorba de colici. Acestea reprezintă dureri abdominale violente, care duc la plânsul îndelungat al copilului, în special seara devreme. Cauzele colicilor nu sunt cunoscute cu certitudine, cum nu este cunoscută nici metoda de tratare a lor. În aceste cazuri, doar părinții răbdători îl pot ajuta pe bebeluș.

Cum se manifestă colicile?

- Colicile apar la vârsta de trei săptămâni și sunt caracteristice pentru 10-15% din bebeluși.
- Bebelușul țipă intens timp îndelungat, uneori ore întregi.
- Plânsul în timpul colicilor se deosebește după intensitate de plânsul obișnuit care poate fi oprit prin acțiuni simple – alimentare, schimbarea scutecelor sau luatul în brațe.
- Bebelușul ridică picioarele, se înroșește, bate cu pumnii, elimină gaze și nu se liniștește ușor.
- Cel mai intens colicile se manifestă după masă și seara devreme.

Care sunt cauzele colicilor?

Încă nu se cunosc cu certitudine. Hiperactivitatea intestinală și acumularea de gaze pot fi cauza colicilor. Unii specialiști consideră că la apariția colicilor contribuie temperamentul bebelușului – activ, sensibil, cu program neregulat.

Ce puteți face pentru a reduce intensitatea colicilor?

Colicile nu pot fi tratate, dar puteți lua unele măsuri pentru a reduce disconfortul bebelușului.

- Nu hrăniți copilul, dacă nu îi este foame. Uneori, hrana poate genera mai multe probleme.
- Încercați să vă relaxați, deoarece, în caz contrar, puteți transmite bebelușului tensiunea dumneavoastră. Rețineți: colicile nu cauzează probleme fizice.

- Pentru a evita supraexcitarea, atingeți bebelușul cu grijă și vorbiți cu el calm, într-un loc liniștit al casei. Încercați să vă legănați într-un balansoar, cu bebelușul în brațe.
- Înfășați bebelușul într-o plapumă.
- Puneți bebelușul în cărucior sau într-un scrânciob automat.
- Ieșiți din casă – schimbarea mediului îl poate ajuta să se relaxeze.
- Puneți muzică sau cântați-i bebelușului.
- Mergeți, dacă aveți posibilitate, la plimbare cu mașina. Adeseori, copiii adorm în timpul călătoriei.
- Exclueți factorii excitanți, cum ar fi fumul de țigară.

Aveți grijă de dumneavoastră

Încercarea de a liniști un bebeluș care plânge poate fi foarte stresantă. Se presupune că părinții trebuie să reacționeze la plânsul copilului, acesta fiind un semn al unor probleme. Dacă ați verificat toate cauzele posibile, dacă ați încercat să liniștiți copilul prin toate tehnicile cunoscute, iar bebelușul nu se oprește din plâns, s-ar putea să simțiți că vă pierdeți controlul. Încercați să vă calmați, apelând la metodele de mai jos:

- **Faceți ceva.** Luați o pauză, ieșiți pentru câteva minute din casă. În situațiile în care copilul plânge din cauza colicilor, planificați din timp pauze regulate, apelând la ajutor.
- **Apelați la alte persoane** (la alți membri ai familiei, la prieteni). Uneori e suficient să discutați cu cineva, dar dacă vă simțiți copleșit de situație, s-ar putea să fie necesar să invitați pe cineva să vă vină în ajutor.
- **Nu uitați** că plânsul nu va dura la nesfârșit și că sunteți un părinte bun. Colicile afectează copiii sănătoși. De obicei, ele dispar de la sine la vârsta de 3-4 luni. Nu disperați și veți putea face față situației.

Materialul suplimentar

Eu cresc: bebelușul la vârsta de o lună

Bebelușul ar putea:

- Să mă privească drept în ochi.
- Să-mi recunoască vocea.
- Să privească jucăriile din față.
- Să se oprească din supt pentru a privi la ceva.
- Să prefere să privească fețe sau imagini contrastante.
- Să se liniștească atunci când îl iau în brațe.

Bebelușul meu poate să...

Bebelușului meu îi place când...

Sper că bebelușul meu va putea în curând să...

Eu și bebelușul meu putem să...

Oare bebelușul meu va putea...

Dezvoltarea socio-emoțională: primii trei ani de viață



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor înțelege necesitatea bebelușilor de a se atașa.
- Vor studia bebelușii și dezvoltarea creierului bebelușului.
- Vor înțelege dezvoltarea separării, anxietății și fricii.
- Vor studia despre felul cum să încurajeze încrederea în sine a copilului.
- Vor ajuta copilul lor de doi ani - „Eu singur”.

Momentul în care devenim părinți reprezintă o experiență intensă și emoționantă. Este incredibil de interesant și de plăcut, dar poate fi în același timp dificil și stresant. Toți părinții își fac griji în privința abilității lor de a crește un copil sănătos și fericit. Pentru ca un copil să-și dezvolte potențialul la maximum, el trebuie să fie iubit. Copilul are nevoie de cineva care va depune efort pentru a-l înțelege, pentru a încerca să țină cont de personalitatea lui

unică, abordând o atitudine plină de grijă și sensibilitate. Activitățile de rutină, relațiile obișnuite, pline de afecțiune dintre părinți, dintre alte persoane apropiate de copil asigură componentele esențiale pentru încurajarea dezvoltării sociale, emoționale, cognitive și fizice a copilului. Este mai important cum interacționează părinții cu copilul decât ce spun și ce fac. Copiii care se simt iubiți, respectați și îngrijiți se află din start în condiții favorabile. Toate experiențele acumulate de copil contribuie în mare măsură la activitatea emisferelor cerebrale care le permit copiilor să gândească, să simtă, să se miște, să râdă, să danseze și să iubească.



ACTIVITATE

Rugați participanții să descrie în câteva cuvinte ce fel de persoană își doresc să fie copilul lor când va crește mare.

Apoi, rugați-i să enumere câteva lucruri pe care le pot face acum cu copilul lor, pentru ca el să devină o astfel de persoană. De exemplu, dacă pentru dumneavoastră prietenia are valoare, cultivați la copil astfel de calități precum grija, preocuparea etc.

Rugați părinții să formeze perechi și să-și împărtășească ideile. Apoi, rugați câțiva voluntari să prezinte ideile grupului mare.

SUMAR

La sfârșitul activității, facilitatorul va prezenta un sumar al punctelor-cheie:

- *De fiecare dată când interacționați cu copilul sau reacționați la semnalele lui, el învață lucruri importante despre această lume și ce se poate aștepta de la oamenii ce-l înconjoară. De fiecare dată când reacționați la plânsul copilului, el învață că folosindu-și vocea poate face lucrurile să se întâmple așa cum are el nevoie, că este o persoană importantă și că poate avea încredere în alții.*
- *Este important ca părinții să fie conștienți de felul cum să reacționeze la necesitățile copilului. Modul în care reacționează părinții are o importanță primordială în dezvoltarea afectivă a copilului. De exemplu, dacă părintele este stresat și nervos atunci când copilul plânge, îi va fi mult mai greu să-l calmeze.*

Atașamentul



DISCUȚII ÎN GRUP

Facilitatorul va face un sumar al informației de mai jos și îi va familiariza pe participanți cu subiectul/termenul „atașament” și importanța acestuia pentru bebeluși. Această miniprezentare poate fi continuată de o discuție generală.

Bebelușul se atașează puternic de persoanele care vin la el când are nevoie de ajutor sau comunicare, care observă când el zâmbește și îi răspund prin zâmbet, care aud când el „vorbește”, care îl ascultă și îi răspund.

Fiecare copil are nevoie de cel puțin o persoană apropiată de care să se atașeze emoțional. Prin această legătură specială el va studia oamenii și lumea din jur și va deveni capabil să iubească într-un mod mai matur. Bebelușii care au parte de îngrijire corectă, dar nu primesc afecțiunea necesară nu își vor realiza pe deplin potențialul de dezvoltare intelectuală.

La vârsta de jumătate de an, bebelușul începe să fie tot mai atașat de persoanele care îl îngrijesc. Deși poate oferi foarte multă dragoste și simte afecțiune față de multe persoane, copilul alege una dintre acestea – de regulă, îngrijitorul primar – și cultivă o relație deosebită cu ea, această relație fiind cea mai importantă și esențială pentru el. La vârsta de șase-șapte luni, toate semnele devotamentului sunt evidente, iar la vârsta de circa opt luni copilul încearcă să nu-l piardă din ochi



pe îngrijitorul primar pe parcursul întregii zile și manifestă semne de neliniște, dacă este luat din preajma lui.

Cel mai probabil, copilul se va atașa de cineva care îl iubește, care are un comportament plin de afecțiune și căldură față de el și se bucură de compania lui. În afară de aceasta, este important ca persoana de care se atașează să reacționeze adecvat la semnalele copilului. Părinții care sunt receptivi la cerințele copilului asigură baza pentru legăturile emoționale pozitive.

Întrebări pentru discuție:

- *De ce bebelușul are nevoie să se atașeze puternic de persoana care îl îngrijește pe parcursul primelor luni de viață?*
- *De ce unii părinți au dificultăți în a se atașa puternic de bebelușul lor?*
- *Care este diferența dintre comportamentul nou-născuților fără un atașament puternic și cei cu atașament puternic?*

Creierul bebelușului



DISCUȚII ÎN GRUP

Începeți discuția cu întrebarea:

- **De ce interacțiunea cu oamenii și obiectele este atât de importantă pentru dezvoltarea creierului pe parcursul primilor ani de viață?**

Continuați discuția, punând accent pe următoarele puncte-cheie privind dezvoltarea creierului.

Datorită tehnologiilor avansate, putem înțelege mai bine complexitatea și nivelul înalt de activitate a creierului bebelușului. Știm că interacțiunile/experiențele timpurii afectează modul în care creierul formează conexiuni. Părțile creierului responsabile pentru limbaj se formează cu mult înainte ca copilul să rostească primul său cuvânt. Activitățile și interacțiunile dvs. cu copilul – toate acestea sunt exerciții necesare pentru dezvoltarea creierului. Ca părinte, trebuie să știți că acțiunile dvs. influențează copilul. Dumneavoastră zâmbiți – și copilul zâmbeste. Dumneavoastră îl lăudați – el se bucură. Dumneavoastră vă întristați când manifestă un comportament inadecvat – și el se întristează. Dumneavoastră sunteți centrul universului copilului.

Cercetările au constatat că pe parcursul primilor ani de viață, creierul crește și se dezvoltă mai mult decât în orice altă perioadă a vieții. Modelele de gândire și de răspuns/reacție sunt stabilite. Ca părinți, aveți posibilitatea de a vă ajuta copilul să se dezvolte și să „înflorească” pe plan social, fizic, cognitiv pe tot parcursul vieții. Primii ani durează la nesfârșit.

Cercetătorii considerau că dezvoltarea creierului era determinată în mare măsură de gene. În prezent ei și-au schimbat părerea, deși nu putem subestima importanța genelor. Genele ne dau fiecăruia un set de predispoziții. Știm cu toții că de la naștere unele persoane spre deosebire de altele posedă într-o măsură mai mare abilitatea vizuală, muzicală sau lingvistică.



Dar genele cu care ne naștem sunt doar o parte a ecuației. Ambele elemente sunt indispensabile și inseparabile.

Creierul bebelușului este de două ori mai activ decât creierului unui adult. Savații constată faptul că primii trei ani de viață au un impact decisiv și de durată asupra dezvoltării. Pe parcursul acestor ani, creierul uman dispune de un potențial enorm pentru învățare. Are loc nu doar învățarea rapidă, dar se pune baza și se stabilesc modul de gândire, reacție și soluționare a problemelor. De exemplu, atrageți atenție cu câtă ușurință însușește copilul cuvintele dintr-o limbă străină. Și cât de complicată este această sarcină pentru un adult!

Dumneavoastră ca persoană și mediul pe care îl creați vor influența în mare măsură dezvoltarea copilului: abilitatea lui de a învăța, capacitatea de a-și stăpâni emoțiile, de a interacționa cu alte persoane, modul de gândire, precum și dezvoltarea lui fizică. Creând un mediu potrivit pentru copil, dumneavoastră îi dați posibilitate creierului să se dezvolte. Un mediu potrivit și adecvat este acela care se axează pe copil, oferă posibilități de învățare care corespund cu dezvoltarea copilului, cu interesele și personalitatea acestuia.

Împărțiți-le participanților materialul suplimentar *„Încurajarea încrederii în sine a copilului”*. Dacă mai aveți timp, rugați părinții să citească și să discute în grup informația din acest material sau îi puteți ruga să studieze acest material acasă, iar în cadrul ședinței următoare vor fi prezentate punctele-cheie.

Anxietatea separării

Același copil se poartă foarte diferit la vârsta de opt luni și la vârsta de douăsprezece luni. La opt luni, copilul este prietenos, afectuos și dornic de comunicare. La un an, copilul este neliniștit, nu vrea să plece de lângă părinți, se sperie cu ușurință de obiecte și persoanele necunoscute. Unii ar putea să vă spună că copilul este timid și distant fiindcă l-ați alintat. Nu este adevărat: schimbarea comportamentului său demonstrează că a însușit o abilitate nouă – de a face deosebire între situațiile cunoscute și cele necunoscute. Anxietatea manifestată în această perioadă este un semn al existenței unor relații sănătoase cu persoanele cele mai apropiate. Anxietatea în prezența străinilor este, de regulă, un semn al depășirii unei etape foarte importante. S-ar putea să credeți că ceva nu este în regulă cu copilul dumneavoastră, care la trei luni reacționa calm la persoanele pe care nu le cunoștea, iar acum devine neliniștit dacă persoanele necunoscute se apropie prea mult. Acest comportament este normal pentru vârsta sa și nu aveți de ce să vă faceți griji. Copilul poate începe să plângă sau să se ascundă în prezența rudelor cu care se purta afectuos mai înainte, în special dacă acestea se apropie prea repede. La aceeași vârstă, el va insista tot mai mult să nu se despartă de dumneavoastră. Acesta este primul semn al apariției anxietății separării. Pe măsură ce copilul începe să înțeleagă că fiecare obiect este unic

și permanent, el va descoperi că și dumneavoastră sunteți unic. Atunci când nu vă vede, copilul știe că sunteți undeva, dar fără el; aceasta îl va indispuce mult. El nu poate aprecia cât timp a trecut și nu are de unde ști când veți reveni și dacă veți reveni. Pe măsură ce va crește, amintirile legate de dumneavoastră îl vor liniști în absența dumneavoastră și el va fi capabil să anticipeze revenirea dumneavoastră. Acum însă el nu cunoaște decât prezentul. De aceea, de câte ori vă va pierde din vedere – chiar dacă ieșiți pentru o clipă din cameră – copilul va plânge și va fi agitat. Cât durează perioada de anxietate a separării? Ea durează, de regulă, zece-optsprezece luni, iar apoi dispare cu încetul. Într-un anumit sens, ambii vă veți aminti cu drag de această etapă de dezvoltare emoțională. La urma urmei, dorința copilului de a fi în preajma dumneavoastră este un semn al atașamentului său față de persoana cea mai importantă pentru el.

Ajutați copilul să-și învingă frica

Marea majoritate a copiilor au temeri, ceea ce nu este deloc neobișnuit. Lumea este pentru copil destul de înspăimântătoare, există o mulțime de lucruri pe care el nu le înțelege. Nu este de mirare că unele temeri se accentuează. Mai mult de jumătate dintre copiii de un an și jumătate-doi ani se tem de ceva. Majoritatea se tem de câini, de întuneric și de „monștri” care se ascund în umbră, de insecte și de zgomote puternice.

Temerile nu pot fi explicate rațional. Este cel mai bine să luptați împotriva temerilor în mod indirect. Căutați modalități pentru a-i reduce frica, pregătindu-l de momentul confruntării cu obiectul temerilor. În această perioadă, copilul poate fi liniștit discutând cu el atunci când este calm, iar sursa temerilor sale este departe. Este posibil ca micuțul să nu înțeleagă ce îi spuneți, dar este suficient ca el să aibă posibilitatea să pună întrebări și să spună ce îl sperie.

Iată câteva strategii care l-ar ajuta pe copil să se lupte cu temerile sale:

- Ajutați-l pe copil să evite ceea ce îi provoacă frica, dar fiți atent ca să nu-i pară că și dumneavoastră sunteți speriat.
- Examinați cauzele concrete ale stresului și căutați modalități pentru a-l reduce.
- Acordați-i cât mai multă atenție; copilul poate deveni independent mai devreme decât ar fi obișnuit.



ACTIVITATE

Rugați participanții să discute în grupuri mici întrebările/subiectele legate de anxietate / anxietatea de separare și frică/temeri.

Anxietatea separării

- **Copilul dumneavoastră a manifestat semne de anxietate?**
- **Cum v-ați simțit în astfel de situații?**
- **Cum ați reacționat?**
- **Cum veți reacționa data viitoare?**

Frica

- Care sunt lucrurile care îl sperie pe copilul dumneavoastră?
- Cum se comportă copilul atunci când îi este frică de ceva?
- Cum l-ați ajutat pe copil să se lupte cu temerile sale?
- Cum încă îl puteți ajuta?

Rugați o persoană din fiecare grup să facă un sumar succint al discuțiilor. Oferiți participanților materialul suplimentar „*Anxietatea separării*” și „*Ajutați copilul când îi este frică*”.

SUMAR

La sfârșitul activității, facilitatorul va prezenta un sumar al punctelor-cheie:

- **Anxietatea este un semn firesc al dezvoltării.** Aceasta înseamnă că copilul s-a atașat puternic de persoana care îl îngrijește. Copilul vrea să stea cât mai aproape și să fie protejat de persoana respectivă. Deoarece acum copilul știe mai multe despre oameni și obiecte, el începe să se teamă de străini și de persoanele pe care nu le cunoaște.
- **Anxietatea și frica sunt sentimente umane normale.** Adulții știu cum să se poarte în situațiile ce le cauzează disconfort. Copiii, însă, nu dispun de abilități și experiență pentru a-și stăpâni sau înțelege frica. Frica nu dispare în momentul în care copilului i se oferă o explicație logică. Ea poate să dispară numai în cazul aplicării unor metode indirecte. De exemplu, copilul se va simți mai bine dacă veți discuta cauzele fricii atunci când copilul este calm. Încurajați-l să vă pună întrebări și să spună ce îl sperie. Chiar dacă nu va înțelege explicația dumneavoastră, el se va simți mai bine după ce va vorbi cu dumneavoastră.

Copilul și independența



DISCUȚII ÎN GRUP

Puteți începe discuția cu următoarele întrebări:

- Ce comportamente ale copilului vă demonstrează că are o independență tot mai mare?
- Cum vă demonstrează copilul că înțelege alte emoții?
- Cum își exprimă copilul emoțiile față de dumneavoastră?

Independența

Copilul înțelege tot mai bine că este o personalitate, ceea ce se reflectă prin niște modalități mai adecvate din punct de vedere social. La vârsta de circa 18 luni el știe să-și spună numele. La aceeași vârstă el își recunoaște imaginea în oglindă și începe să manifeste mai mult interes

pentru îngrijirea propriei persoane. La vârsta de aproape doi ani, copilul este capabil să se spele singur pe mâini, să se îmbrace și să se dezbrace. Întrucât copilul învață prin imitare, el vrea să participe la toate activitățile din jurul său. Părinții ar trebui să încurajeze dorința copilului de a-i ajuta, căci ajutorul, ca și împărțirea cu alții, constituie o abilitate socială vitală.

Copilului de un an îi este greu să facă deosebire între băieți și fete. Uneori el crede că aparține ambelor sexe. La vârsta de 2-3 ani copiii încep să observe rapid diferențele dintre băieți și fete. De asemenea, ei se învață să se asocieze cu persoanele de același sex. În această etapă, interesul manifestat față de corpul și părțile corpului altor copii se datorează, în mare parte, curiozității.

Înțelegerea emoțiilor

La vârsta de 18-36 luni copiii sunt capabili să exprime un spectru larg de emoții. Ei își exprimă deschis afecțiunea, pot manifesta accese de emoții puternice în locuri publice. În această perioadă dispoziția copilului variază de la plăcere la furie. Pe de o parte, copilul poate avea o atitudine negativă și poate testa răbdarea adulților, pe de altă parte, el poate manifesta empatie sporită.

Fiind în mod firesc ființe sociale, chiar și la vârsta de 2 ani copiii învață multe despre sentimentele altor persoane din experiențele familiale. Ei reacționează la nefericirea altora și pot încerca să-l liniștească pe alt copil sau adult indispus. Toate acestea sunt elemente ale creșterii și semne ale schimbărilor emoționale care au loc în timp ce copilul încearcă să dețină controlul asupra acțiunilor, impulsurilor, sentimentelor și propriilor corpuri. La această vârstă, copiii vor să exploreze lumea și să se avânte în aventuri. Ca rezultat, ei testează aproape tot timpul limitele – ale lor, ale părinților și ale mediului. Acesta este un proces normal pentru copii la această vârstă.



ACTIVITATE

Împărțiți-le participanților materialul suplimentar „*Etapele dezvoltării sentimentelor și interacțiunii cu alte persoane*”.

Rugați participanții să discute în grupuri mici abilitățile/deprinderile copilului lor. Amintiți-le părinților că toți copiii se dezvoltă conform propriului ritm și mod.

Copilul și independența



DISCUȚII ÎN GRUP

Adresați participanților următoarele întrebări:

- Copilul dumneavoastră de 2 ani manifestă dorința de a face cât mai multe lucruri singur?
- Față de ce manifestă copilul interes sau ce a făcut singur?
- Ce vi se pare interesant și / sau provocator referitor la comportamentul copilului?

Împărțiți participanților materialul suplimentar „Fac singur!”. Rugați participanții să ofere sugestii și idei privind susținerea independenței copiilor. Asigurați-vă că părinții înțeleg că abilitățile emoțional-sociale ale copilului susțin acest nou comportament.

Lectură de bază

Copiii de 1-2 ani se învață să meargă, să alerge, să vorbească, să gândească și să-și pună întrebări despre sine. Dacă toate aceste abilități și caracteristici sunt îmbinate, ele indică o singură direcție – spre o independență sporită. La această vârstă, copiii vor să simtă că dețin control și că dispun de calitățile unei personalități individuale. Din păcate, numărul de opțiuni accesibile pentru ei, care le-ar ajuta să atingă aceste obiective, este limitat. Ei nu sunt capabili încă să-și exprime prin cuvinte nevoile psihologice și trebuie să se bazeze pe comportament.

La această vârstă, copiii vor să-și explice lumea din jur, să înțeleagă ce li se întâmplă pentru a-și elabora un model previzibil și pe înțelesul lor. Această nevoie de a trăi într-o lume previzibilă este îmbinată cu nevoia de securitate, în special când copiii încearcă să determine echilibrul perfect dintre independență și dependență. În această perioadă are loc un „război” constant între dependența în continuare de părinți și nevoia sa de a-și afirma independența. Copilul poate să nu-i permită părintelui să plece și, în același timp, să fugă de părinte când acesta îl cheamă. Ținând cont de aceste schimbări, părinții vor fi capabili să ofere asistența necesară copilului. Stabilirea unor limite rezonabile și consecvente le permite să exploreze și să-și satisfacă curiozitatea, dar și să împiedice comportamentul periculos. Lauda, atunci când copilul reușește, îl va ajuta să-și creeze în minte o imagine despre sine ca o persoană care se poartă într-un anumit mod, iar comportamentul negativ cu timpul va dispărea.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Toți au nevoie de încurajare, inclusiv părinții! Împărțiți-le participanților materialul suplimentar *„Ce vă face să fiți o persoană deosebită?”*, pe care îl vor completa și prezenta la ședința următoare.

Materialul suplimentar

Încurajarea încrederii în sine a copilului

Părinții îl ajută pe copil să-și dezvolte o părere pozitivă despre sine – să fie încrezător, să se respecte pe sine și să-și cunoască valoarea. Aceasta îl ajută pe copil să se orienteze în lumea care îl înconjoară, deoarece îi dezvoltă diverse abilități: să nu fie copleșit de probleme, să înțeleagă sentimentele și reacțiile altora, să stabilească relații de prietenie și să-și apere valorile. Când încurajați copilul, îi insuflați încredere în forțele proprii, aceasta fiind o calitate minunată.

Dezvoltarea încrederii în sine începe din momentul nașterii copilului. În cele ce urmează vă sugerăm cum ați putea să vă ajutați copilul să-și dezvolte încrederea în sine.

Dragoste și afecțiune

Arătați-i copilului că îl iubiți. Reacționați când plânge, luați-l în brațe, priviți-l în ochi, cântați-i, vorbiți cu el și zâmbiți-i. Nu ezitați să vă arătați afecțiunea. Când copilul face ceva bine, exprimați-vă aprecierea. Chiar și un zâmbet sau un cuvânt îl vor ajuta să se simtă important.

Acceptați sentimentele

Când copilul dumneavoastră manifestă semne de frică, încercați să înțelegeți motivul. El trebuie să știe că îl înțelegeți. I-ați putea spune: „Ce zgomot puternic. M-am speriat”.

Descoperiți prin ce este deosebit copilul dumneavoastră

Fiecare copil este o persoană deosebită și unică. Găsiți timp în fiecare zi să observați copilul. V-ar putea surprinde câte lucruri noi poate face. Aflați cât mai multe despre nivelul de dezvoltare și despre temperamentul copilului dumneavoastră, ca să știți la ce să vă așteptați în viitorul apropiat.

Evitați surprizele

Copilului dumneavoastră îi plac activitățile de rutină, deoarece acestea îl fac să creadă că lumea din jur este sigură, previzibilă și nu îl copleșește prin complexitatea ei. Unele schimbări și surprize, desigur, constituie o parte a vieții. Când ele apar, ajutați-l pe copil să se adapteze. Vorbiți cu el cu voce calmă.



Concentrați-vă asupra copilului dumneavoastră

Oferiți-i copilului cât mai multă atenție. Este important ca el să înțeleagă că îi acordați toată atenția anume lui. Dacă copilul va solicita atenția atunci când nu i-o puteți oferi, explicați-i. Totodată, petreceți ceva timp cu el în fiecare zi.

Adaptați-vă la nevoile copilului dumneavoastră

Nu uitați că scopul existenței copilului nu este să le facă plăcere părinților și să îi servească. Este important să rămâneți flexibil și să vă adaptați programul pentru a satisface necesitățile copilului. Nu este posibil ca el să se adapteze la programul dumneavoastră.

Aflați ce poate face copilul dumneavoastră

Dacă, de exemplu, copilul poate fi cooperant numai timp de zece minute, nu insistați ca să se concentreze asupra unei sarcini pentru mai mult timp. Permiteți ca abilitățile corespunzătoare să se dezvolte treptat. Ajutați-l pe copil să învețe puțin câte puțin. Împărțiți activitățile complexe în câteva activități simple.

Porniți de la premisa că copilul dumneavoastră se va purta bine

Dacă veți considera că copilul dumneavoastră este cuminte și inteligent, el se va purta mai bine. Observați la ce se pricepe copilul dumneavoastră și discutați despre succesele lui. Vorbiți cu copilul numai atunci când face gafe? Toți copiii greșesc uneori. Remarcați calitățile pozitive ale copilului dumneavoastră. Nu uitați să spuneți: „Ești bravo!”

Materialul suplimentar

Anxietatea de separare

Copilul de 8 luni se deosebește cardinal de cel de 12 luni. Primul este prietenos, drăgăstos și comunicativ. Al doilea este agitat, nu se desparte de mamă și se teme de persoanele și obiectele necunoscute. Unii pot zice că bebelușul dvs. este speriat și timid, fiindcă îl alinați prea mult. Totuși, comportamentul bebelușului diferă atât de mult din cauza faptului că el a însușit abilitatea de a face deosebire între situațiile obișnuite și situațiile neobișnuite. anxietatea din această perioadă este o mărturie a unei relații sănătoase a copilului cu persoanele cele mai apropiate.



Anxietatea în prezența străinilor este, de regulă, una dintre principalele etape de dezvoltare emoțională. Ați putea crede că ceva nu este în regulă când bebelușul care la vârsta de trei luni interacționa calm cu persoanele necunoscute devine agitat când străinii se apropie prea mult de el. Este o reacție normală la această vârstă, nu vă faceți griji. Chiar și rudele, în prezența cărora bebelușul se simțea confortabil mai înainte, pot să-l facă să se ascundă sau să plângă, în special dacă se apropie de el prea repede.

La aceeași vârstă, bebelușului îi este tot mai greu să se despartă de dvs. Acesta este primul semn al anxietății de separare. Când va începe să înțeleagă că fiecare obiect este unic și permanent, bebelușul va descoperi că și dvs. există într-un singur exemplar. Când dvs. nu sunteți în raza lui de vedere, el va ști că oricum sunteți undeva, dar departe de el și aceasta îl va întrista foarte mult. El nu simte încă trecerea timpului și nu știe când și dacă veți reveni. Pe măsură ce crește, amintirile despre cazurile precedente când ați plecat și apoi ați revenit îl vor liniști când dvs. veți fi plecat și el va fi capabil să prevadă revenirea dvs. Dar acum el înțelege numai noțiunea de prezent. De aceea, de fiecare dată când dvs. plecați de lângă el, chiar dacă vă veți duce în camera de alături, el se va agita și va plânga.

Cât durează perioada temerii de despărțire? De obicei, ea apare la vârsta de 10-18 luni și apoi dispare cu încetul pe parcursul jumătății a doua a celui de-al doilea an de viață. Într-un

anumit sens, această etapă de dezvoltare emoțională a copilului va fi o amintire frumoasă pentru ambii. La urma urmelor, dorința lui de a fi cu dvs. este un semn al atașamentului lui față de persoana cea mai importantă pentru el.

Ce pot face părinții?

Iată câteva sugestii care v-ar ajuta să faceți față separării:

- În primul rând, încercați să pregătiți copilul din timp. Spuneți-i că veți pleca pentru câțva timp. Astfel copilul va anticipa separarea și se va pregăti de ea.
- În al doilea rând, fiți pregătiți că se va revolta. Un astfel de comportament este un semn clar că copilul s-a atașat puternic de dumneavoastră și începe să conștientizeze acest lucru.
- În al treilea rând, promiteți-i că veți reveni. Când o veți face, atrageți atenția copilului că v-ați ținut de cuvânt. Astfel, veți pune temelia unei relații bazate pe încredere.



Materialul suplimentar

Ajutați copilul când îi este frică

Marea majoritate a copiilor au temeri, ceea ce nu este deloc neobișnuit. Lumea este pentru copil destul de înspăimântătoare, există o mulțime de lucruri pe care el nu le înțelege. Nu este de mirare că unele temeri se accentuează. Mai mult de jumătate dintre copiii de un an și jumătate - doi ani se tem de ceva. Majoritatea se tem de câini, de întuneric și de „monștrii” care se ascund în umbră, de insecte și de zgomote puternice.

Temerile nu pot fi explicate rațional. Este cel mai bine să luptați împotriva temerilor copilului în mod indirect. Căutați modalități pentru a-i reduce frica, pregătindu-l de momentul confruntării cu obiectul temerilor. În această perioadă, copilul poate fi liniștit discutând cu el atunci când este calm, iar sursa temerilor sale este departe. Este posibil ca micuțul să nu înțeleagă ce îi spuneți, dar este suficient ca el să aibă posibilitatea

să pună întrebări și să spună ce îl sperie. Vă propunem câteva strategii care l-ar ajuta pe copil să se lupte cu temerile sale:

- Ajutați-l pe copil să evite ceea ce îi provoacă frica, dar fiți atent ca să nu-i pară că și dumneavoastră sunteți speriat.
- Examinați cauzele concrete ale stresului și căutați modalități pentru a-l reduce.
- Acordați-i cât mai multă atenție; copilul poate deveni independent mai devreme decât ar fi confortabil pentru el.



Etapale dezvoltării sentimentelor și interacțiunii cu alte persoane

Copilul de 1-3 luni

- Începe să zâmbească persoanelor dragi
- Îi place să se joace cu alte persoane; poate plânge când jocul ia sfârșit
- Devine mai comunicativ și mai expresiv în gesturi și mimică
- Imită unele mișcări și expresii ale feței

Copilul de 4-7 luni

- Îi place să se joace cu alte persoane
- Îi place să privească în oglindă
- Reacționează la emoțiile altor persoane



Copilul de 8-12 luni

- Este timid sau neliniștit în prezența străinilor
- Plânge când pleacă mama sau tata
- Îi place să imită alte persoane în timpul jocului
- În unele situații manifestă frică
- Preferă să comunice cât mai mult cu mama sau cu altă persoană foarte apropiată
- Mănâncă cu mâna, de sine stătător
- Întinde mâinile sau picioarele când îl îmbrăcați, ca să vă ajute

Copilul de 2 ani

- Devine tot mai independent
- Manifestă un comportament defensiv
- Pentru o anumită perioadă, la mijlocul anului, se va intensifica anxietatea separării
- Imită comportamentul altor persoane, în special al adulților și copiilor mai mari
- Înțelege tot mai bine că este o persoană diferită de celelalte
- Devine tot mai entuziasmat în compania altor copii

Copilul de 3 ani

- Manifestă în mod deschis afecțiune
- Exprimă un spectru larg de emoții
- La vârsta de 3 ani, se separă cu ușurință de părinți
- Nu îi plac schimbările în activitățile de rutină
- Imită adulții și partenerii de joacă
- Manifestă afecțiune spontană față de copiii cu care se joacă
- Se joacă pe rând, împreună cu alți copii
- Înțelege diferența dintre „al meu” și „al lui/ei”



Materialul suplimentar

„Eu singur”: copilul și independența

Capacitatea de a se descurca singur depinde de:

- Dezvoltarea mușchilor grosieri și a mușchilor fini
- Gradul de înțelegere a legăturii dintre cauză și efect
- Dorința de a fi independent.

„Fac singur!”

Lăsați copilul să facă tot mai multe lucruri singur. Permiteți-i să se simtă important și responsabil pentru ceea ce poate face. S-ar putea ca copilul să vrea să facă singur următoarele lucruri:

- Să se spele pe mâini
- Să se spele pe dinți
- Să-și aleagă singur jucăria sau cartea
- Să-și sărute locurile lovite
- Să bea din cană
- Să se îmbrace și să se dezbrace
- Să vă ajute să gătiți.



Încurajați independența

- Arătați-i copilului ce trebuie să facă și lăsați-l să încerce.

Aveți răbdare

De obicei, copilul are nevoie de mai mult timp pentru a face ceva. Fiți răbdător când învățați copilul să facă ceva. Copilul dumneavoastră va repeta fiecare activitate de mai multe ori până se va învăța să o facă. De asemenea, va trebui să aveți răbdare când copilul va începe să solicite mai multă independență, căci veți avea mai mult de lucru – va vărsa laptele, va îmbrăca hainele pe dos.

Urmăriți

Copiii nu sunt în stare să vă ceară întotdeauna ajutorul. Fiți alături când are nevoie de ajutor.

Adaptați mobilierul

Plasați cuierele, polițele și sertarele astfel încât copilul să poată ajunge fără dificultate la ele. Copilului îi va fi mai ușor să se spele pe față și pe dinți, dacă veți pune lângă chiuvetă un taburet. Oferiți-i copilului bucate care pot fi mâncate cu lingura.

Învățați activitățile de rutină

Activitățile de rutină îi permit copilului să însușească obișnuințe utile la o vârstă fragedă. Învățați copilul să strângă jucăriile după ce se joacă și să pună hainele murdare în coșul cu rufe. Astfel, mai târziu, o să vă fie mult mai ușor.



Dați instrucțiuni simple

Formulați instrucțiuni clare, simple și detaliate. Folosiți cuvinte pe care copilul le înțelege. Împărțiți sarcina în câțiva pași simpli și lăsați copilul să încerce. Concentrați-vă pe rezultat – sarcina a fost îndeplinită? – mai mult decât pe proces. Copilul mic nu este foarte îndemânat. Lăudați copilul și încurajați-l cât mai des.

Materialul suplimentar

Eu sunt o persoană deosebită

Toți au nevoie de încurajare, inclusiv părinții! Ce vă face să fiți o persoană deosebită?

Mă pricep să:

Copilul meu se pricepe să:

Oamenii mă plac pentru că:

Îmi place când copilul meu:

Învăț să:

Activitatea mea preferată este:

Sunt o persoană deosebită pentru copilul meu, fiindcă:

Alimentația corectă de la bun început



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor înțelege nevoile nutriționale și schimbările ce intervin în comportamentul copilului.
- Vor discuta despre ce, cât și când trebuie să mănânce copilul.
- Vor discuta problemele în alimentarea copilului: cauze și sugestii.
- Vor identifica modalitățile de prevenire a problemelor legate de alimentație.

La vârsta de un an, copilul începe să manifeste tot mai multă independență. Adevseori el demonstrează dorința puternică de a-și controla acțiunile în timpul mesei. El ar putea să-și facă niște idei preconcepute despre mâncare, de exemplu, să vrea să mănânce doar anumite bucate sau să refuze un fel de mâncare combinat cu altul. Toate aceste manifestări sunt normale. Atâta timp cât copilul arată sănătos și se dezvoltă bine, nu aveți motive să vă faceți griji privind alimentarea lui.

La vârsta de aproximativ 6 luni, bebelușul are nevoie de hrană suplimentară, în afară de laptele mamei. Stomacul bebelușului este mai mic decât cel al adultului – el nu poate mânca cât mănâncă un adult. Totodată, el are nevoie de mai multă energie decât un adult. O modalitate de a vă asigura că bebelușul primește energie suficientă din mâncare este să-l hrăniți des, de 5-6 ori pe zi. De asemenea, este bine să adaptați pentru el mâncarea obișnuită consumată în familie, adică să adăugați în alimentația lui piure de legume și puține grăsimi sau ulei. Dat fiind că nu este posibil să gătiți de 5-6 ori pe zi pentru a hrăni copilul, între mese ar trebui să-i dați gustări: fructe și legume uscate, pâine, fructe proaspete, turtițe, biscuiți, nuci, banane și orice alte bucate simple. Pe măsură ce bebelușul crește, el va avea nevoie de proteine (fasole, mazăre, pește, carne, cașcaval, lapte, ouă și cereale), carbohidrați (orez, paste făinoase, cereale, pâine și cartofi), grăsimi, vitamine și minerale. Când îi oferiți copilului de mâncare, gândiți-vă nu numai la nevoile lui actuale, dar și la sănătate. Este important să dezvoltați la copil niște deprinderi alimentare sănătoase. Oferiți copiilor bucate ușor de mestecat: tăiați totul în bucăți mici, legume/fructe date prin răzătoare, pentru a evita înecarea /sufocarea cu alimente. Supravegheați copilul în permanență. Nu-l lăsați să alerge și nu-l grăbiți în timp ce mănâncă. Riscul de sufocare în acest caz sporește considerabil. La vârsta de 11-12 luni, copilul este capabil să bea din cană și să mănânce cu lingura și cu mâna. La vârsta

de 15-18 luni, copilul capătă tot mai multă independență și poate să ducă cu ușurință bucatele la gură. Părinții trebuie să fie precauți, astfel încât bucatele să nu fie fierbinți. Copiii s-ar putea frige cu ele. De asemenea, părinții ar trebui să testeze bucatele înainte de a le oferi copiilor. Părinții trebuie să-l obișnuiască pe copil să mănânce bucate cât mai variate, chiar dacă acesta refuză un anumit fel de bucate. De exemplu, adeseori copiii refuză să mănânce legume. Încurajați copilul să mănânce, dar nu-l forțați. Nu eliminați în totalitate legumele din meniul copilului. Încercați să le reintroduceți în cantități mici – crude, fierte, piure, amestecate, feliate sau chiar suc. Uneori copiilor nu le place atât gustul, cât textura mâncării. Unor copii nu le place să mestecă bucatele, chiar dacă ei pot mesteca bine deja și pot refuza alimentele pe care cu greu le pot mesteca. Copiii deseori se împotrivesc cu înverșunare să mănânce anumite bucate. Aceste manifestări sunt normale. Copilul are nevoie să-și manifeste independența în ceea ce privește alimentația. El insistă să decidă singur ce, când și cum va mânca, testând astfel limitele părinților. Mesele se pot desfășura într-o atmosferă calmă și prietenoasă dacă părinții vor recunoaște și respecta necesitățile copilului. Este important ca mesele să nu se transforme în adevărate lupte dintre părinți și copii. Fiți flexibili în ceea ce privește alimentația copiilor. Lăsați copilul să decidă de sine stătător ce, când, cât și cât de des va mânca. Încercați să variați pe cât posibil textura și gustul bucatelor. Dacă, totuși, vă îngrijorează faptul că copilul refuză anumite feluri de bucate timp îndelungat, nu adaugă în greutate, atunci nu ezitați să apelați la un specialist.

Sfaturi privind alimentarea



DISCUȚII ÎN GRUP

Familia și prietenii vă pot întotdeauna da sfaturi privind alimentarea bebelușilor și copiilor mici. Începeți discuția, adresând participanților următoarele întrebări:

- *Ce sfaturi ați primit privind alimentarea bebelușului dumneavoastră?*
- *V-au fost aceste sfaturi utile?*



ACTIVITATE

Joc de rol

Rugați participanții să formeze grupuri mici, în care o persoană să-și asume rolul de mamă, iar cealaltă persoană să-i ofere sfaturi privind alimentația bebelușului, sfaturi pe care mama nu vrea să le urmeze.

Utilizând jocul de rol, subliniați faptul că nu întotdeauna sfaturile care ne sunt oferite sunt și utile. Rugați participanții să se gândească la câteva strategii care i-ar putea ajuta să identifice sfaturile utile. Ce sfaturi pot fi chiar dăunătoare?

- *Cum pot părinții din acest grup obține mai multe informații corecte?*
- *La ce întrebări specifice ați dori să aveți răspuns?*
- *Ce putem face pentru a obține mai multe informații cu privire la aceste probleme?*

Când se schimbă stilul de alimentare

Copilul de la un an până la doi ani este alimentat altfel decât până la vârsta de un an. El consumă mai multe bucate variate, deoarece deja are mai mulți dinți și poate mesteca mâncarea. În afară de aceasta, stomacul lui acum este capabil să digere bucate mai variate.



ACTIVITATE

Ce se schimbă?

Rugați-i pe părinți să descrie copilul lor atunci când mănâncă. De exemplu, felul în care folosește lingura sau momentele haioase cum ar fi scăparea bucatelor pe podea sau joaca cu alimentele. Facilitatorul va nota din aceste exemple asemănările și diferențele dintre alimentarea unui copil mic și a unui bebeluș.

Facilitatorul va face un sumar succint al punctelor-cheie:

- Copilul vrea să fie independent, inclusiv în ceea ce privește alimentația;
- Copilul se simte mai sigur în circumstanțe cunoscute, de aceea ar putea să aleagă doar mâncarea pe care a mai gustat-o înainte;
- Programul alimentar al copilului poate să nu difere de cel al altor membri ai familiei;
- Copilul poate să se distreze în timpul mesei;
- Pe măsură ce copilul crește, cantitatea de mâncare de care are nevoie nu se mărește atât de rapid ca mai înainte;
- Întrucât simțul gustativ al copilului este mai fin decât cel al adultului, unele bucate nu-i par gustoase;
- Copilul mănâncă mai puțin decât adulții, dar s-ar putea să mănânce mai des;
- Întrucât atenția copilului este încă de scurtă durată, servitul mesei nu poate fi o perioadă calmă și lejeră.

Facilitatorul le va prezenta părinților ce poate face copilul la anumite etape de vârstă și cum acestea determină modul în care el mănâncă și ce îi place să mănânce.

La un an–un an și jumătate copilul:

- apucă bucatele cu mâna și le dă drumul cu ușurință;
- poate ține în mână lingura, dar îi este greu să se despartă de ea;
- vrea să guste bucatele consumate de alții.

La un și jumătate–doi ani copilul:

- mănâncă mai mult decât în primul an de viață și mai puțin decât copiii mai mari de doi ani;
- vrea să mănânce cu mâna;
- preferă anumite bucate;
- este distras cu ușurință.



La doi ani copilul:

- poate ține cana;
- poate mesteca mai multe feluri de bucate;
- știe bine ce îi place și ce nu îi place.

De la doi până la trei ani:

- dați-i copilului de 3 ori pe zi bucate consumate în mod obișnuit în familie;
- între mesele de bază, de 2 ori pe zi (al doilea dejun – în jurul orei 11 și la chindii – în jurul orei 17), dați-i copilului alimente suplimentare: chefir, iaurt, lapte; pâine cu unt, salam sau pateu; brânză, caș, cașcaval; legume și fructe proaspete; plăcinte, tartine, clătite; apă fiartă, sucuri din legume și fructe, compot.
- oferiți-i mâncare variată; arătați-i că vă place mâncarea; încurajați copilul să mănânce;
- limitați consumul de dulciuri (bomboane, ciocolată);
- excludeți băuturile carbogazoase (de tip limonadă).



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Rugați-i pe părinți să spună cum își dau seama că bebelușul lor este flămând. Împărțiți-le materialul suplimentar „*Deprinderile alimentare ale copilului*”. Rugați-i să se gândească și să noteze răspunsurile la întrebările din acest material. Rugați părinții să-și împărtășească experiența cu un partener și / sau în grup mic sau mare. De asemenea, încurajați-i să observe deprinderile alimentare ale copilului lor în timpul săptămânii. Rugați-i pe părinți să vorbească despre observările lor în cadrul ședinței următoare.

SUMAR

La sfârșitul activității, facilitatorul va prezenta un sumar al punctelor-cheie:

Copilul dumneavoastră va avea deprinderi alimentare sănătoase, dacă veți observa și veți reacționa adecvat la semnalele sale. Când copilul dă de înțeles că s-a saturat, iar părintele continuă să îl hrănească cu forța, copilul poate să creadă că ceea ce simte el nu are importanță. În acest caz, copilul poate să fie confuz, neștiind dacă este flămând sau sătul, ceea ce ar putea duce la probleme alimentare mai târziu.



ACTIVITATE

Cât mănâncă copilul meu?

Împărțiți-le părinților materialul „*Alimentarea copilului*”. Rugați participanții să scrie în tabel ce și cât mănâncă copilul lor. Comparați tabelele. Suplimentar, îi puteți ruga pe participanți

să scrie cât mai amănunțit despre bucatele pe care le mănâncă copilul în fiecare zi. Rugați-i să se gândească la 2 schimbări pe care le-ar face pentru a-și ajuta copilul să mănânce sănătos. În cadrul ședinței următoare, rugați părinții să împărtășească schimbările pe care le planifică să le facă în alimentarea copilului și de ce.



Produse care pot fi mâncate cu mâna

De regulă, copiii încep să mănânce cu mâna de la vârsta de circa nouă luni. Copilul poate apuca cu degetele bucăți mici și începe să manifeste interes față de alimentarea independentă. Mâncatul cu mâna are mai multe avantaje:

- Copilul poate consuma de sine stătător mai multe tipuri de bucate;
- Copilul exersează, folosind activ degetele;
- Aveți șansa să îi oferiți copilului mai multe bucate proaspete și să introduceți în meniu bucate noi;
- Este mai ușor să hrăniți copilul;
- Copilul se va distra și va învăța mai multe, va deveni mai independent.

Deși bucatele care pot fi mâncate cu mâna constituie o parte importantă din meniul copiilor mai mari, nu toate bucatele sunt potrivite pentru ei. Copiii s-ar putea îneca cu unele dintre ele. Altele pot deregla stomacul copiilor sau nu au valoare nutritivă. Deoarece copiii mici consumă cantități mici de bucate, este important ca fiecare gură de mâncare să aibă valoare. Evitați hrana fără valoare nutritivă, aveți grijă ca ea să nu predomine asupra alimentelor necesare.



ACTIVITATE

Produse care pot fi mâncate cu mâna

Rugați participanții să formeze grupuri mici. Unele grupuri vor face o listă a produselor care pot fi mâncate cu mâna și sunt bune pentru alimentația copilului, alte grupuri vor face o listă a produselor care pot fi mâncate cu mâna, dar trebuie evitate în alimentația copilului.

Exemple de produse pentru alimentarea de sine stătătoare a copiilor:

- Pireu sau felii mici de banane.
- Bucăți mici de fructe și legume moi, proaspete, fierte.
- Brânză de vaci și bucăți de cașcaval moale.
- Cartofi curățați de coajă, fierți, copti.
- Bucățele mici de carne moale, bine preparată, de exemplu, de pui.
- Bucăți mici de pâine.

Produse care trebuie evitate în alimentația copilului, pentru a nu-l expune riscului de a se îneca:

- Măslina.
- Costiță afumată.
- Struguri sau pumușoare întregi (cu excepția cazurilor când au fost tăiate în bucățele mici).
- Fructe uscate/stafide.
- Caramelle.
- Floricele de porumb.
- Nuci și semințe.
- Morcovi cruzi.
- Crenvurști.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Gustări ușoare și rapide

Rugați participanții să vină cu sugestii referitoare la gustările ușoare și rapide pentru copiii mici. Aceste sugestii pot fi colectate și distribuite tuturor participanților.

Probleme în alimentarea copiilor

Uneori părinților le este foarte dificil să-l convingă pe copil să mănânce cantități suficiente și să consume alimentele care îi sunt necesare. Copiii deseori se împotrivesc cu înverșunare să mănânce anumite bucate. Aceste manifestări sunt normale. În tabelul de mai jos sunt indicate problemele alimentare cele mai frecvente, cauzele acestora și sugestiile privind eliminarea lor.



ACTIVITATE

Ce puteți face?

Rugați participanții să formeze grupuri mici. Împărtășiți participanților cartele cu probleme în alimentarea copiilor. Rugați participanții să se gândească și să vină cu sugestii privind eliminarea acestor probleme. Invitați participanții să comunice în grup soluțiile și ideile apărute.

Problema	Cauze și sugestii
Copilul mănâncă mai puțin, bea mai puțin lapte, refuză să mănânce legume, preferă biscuiții, pâinea.	Copilul dumneavoastră crește mai încet decât în primul an de viață. Copilul va adăuga în greutate numai 2,5-2,75 kg. Copiii preferă carbohidrații și dulciurile, deoarece le plac gustările care constituie surse rapide de energie. Încercați să evitați bucatele fără valoare nutritivă și oferiți-i la fiecare masă bucate sănătoase în cantități suficiente.

Nu poate sta cuminte pe un scaun înalt mai mult de zece minute.	Copilul este prea curios pentru a sta cuminte. Nu vă mirați că diverse obiecte și activități îi par mai interesante decât mâncarea. De asemenea, copilul poate deja mânca.
Insistă să decidă singur ce, când și cum va mânca.	De regulă, copilul face primii pași pe calea independenței în timpul meselor. Copilul vrea să aleagă și să ia decizii singur. El demonstrează aceasta în timpul meselor, refuzând anumite bucate, insistând ca bucatele să nu se atingă între ele sau în alt mod. Respectați nevoia copilului de a lua decizii.
Insistă să mănânce numai un fel de bucate în timpul mesei.	Capriciile legate de mâncare apar atunci când copilul înțelege că deține controlul asupra procesului alimentar. Copilul poate insista să mănânce același fel de bucate câteva zile la rând, iar apoi să treacă la alt fel. Aveți răbdare. Capriciile vor trece fără a afecta starea sănătății copilului dumneavoastră. Oferiți-i mai multe bucate odată, dar lăsați copilul să aleagă singur și țineți minte: copilul trebuie alimentat de 5 ori pe zi.
Face dezordine (împrăștiie mâncarea) în timpul mesei.	Copiii le place să experimenteze, iar mâncarea le oferă ocazia să o facă; mâncarea poate fi fărâmițată, clădită o bucată peste alta, aruncată, amestecată. Dacă aceasta vă deranjează, stabiliți reguli clare privind joaca cu mâncarea. Fiți atenți și luați farfuria din fața copilului după ce a terminat să mănânce, pentru a preveni prea mult joc cu bucatele.
Adeseori cina se transformă într-un dezastru.	Oboseala, factorii legați de creștere, schimbarea regimului de somn al copilului pot cauza o stare de moleșală în timpul cinei. Dacă copilul este prost dispus la sfârșitul zilei, încercați să-i oferiți mai multe bucate nutritive la dejun și la prânz, planificând gustări între mese.

În încheierea acestei activități, subliniați faptul că mesele se pot transforma în adevărate lupte dintre părinți și copii. Astfel de situații apar atunci când părinții consideră că mâncarea nu are doar valoare nutritivă. Părinții pot folosi hrana ca răsplată sau mită, ca semn de dragoste sau ca măsură de disciplinare. Multe conflicte legate de mâncare pot fi evitate, dacă mâncarea este considerată doar o sursă de energie și substanțe nutritive.



DISCUȚII ÎN GRUP

Eliminarea problemelor în alimentarea copiilor

Amintiți-le părinților că eliminarea problemelor legate de alimentarea copiilor nu este un lucru ușor, dar este posibil ca timpul mesei să aibă loc într-o atmosferă calmă și plăcută atât pentru părinți, cât și pentru copil. Planificarea și pregătirea îi pot ajuta pe părinți să evite luptele dintre părinți și copii legate de alimentarea copilului. Împărțiți materialul suplimentar „*Eliminarea problemelor în alimentarea copiilor*”. Revizuiți și solicitați din partea participanților comentarii și sugestii suplimentare.

SUMAR

- La vârsta de un an, copilul începe să manifeste tot mai multă independență. Adeseori el demonstrează dorința puternică de a-și controla acțiunile în timpul mesei. El ar putea să-și facă niște idei preconcepute despre mâncare, de exemplu, să vrea să mănânce doar anumite bucate sau să refuze un fel de mâncare combinat cu altul. Toate aceste manifestări sunt normale.
- Copilul de la un an până la doi ani este alimentat altfel decât până la vârsta de un an. El consumă mai multe bucate variate, deoarece deja are mai mulți dinți și poate mesteca mâncarea. În afară de aceasta, stomacul lui acum este capabil să digere bucate mai variate.
- Copilul mănâncă mai puțin decât adulții, dar s-ar putea să mănânce mai des. Dacă veți observa și reacționa adecvat la semnalele copilului, el va avea deprinderi alimentare sănatoase.
- În mod ideal, veți oferi copilului alimente care să constituie un meniu bine echilibrat: cereale, pâine, orez, paste făinoase, legume, fructe, lapte și produse lactate, carne și proteine.
- Dacă copilul dumneavoastră crește normal, are energie suficientă și este relativ sănătos, probabil că mănâncă atât cât îi este necesar.
- Uneori părinților le este foarte dificil să-l convingă pe copil să mănânce cantități suficiente și să consume alimentele care îi sunt necesare. Copiii deseori se împotrivesc cu înverșunare să mănânce anumite bucate. Aceste manifestări sunt normale.
- Mesele se pot transforma în adevărate lupte dintre părinți și copii. Astfel de situații apar atunci când părinții consideră că mâncarea nu are doar valoare nutritivă. Părinții pot folosi hrana ca răsplată sau mită, ca semn de dragoste sau ca măsură de disciplinare. Multe conflicte legate de mâncare pot fi evitate, dacă mâncarea este considerată doar o sursă de energie și substanțe nutritive.
- Faceți ca mesele să se desfășoare într-o atmosferă calmă și prietenoasă, ceea ce poate fi și o posibilitate minunată de a comunica cu copilul.

Materialul suplimentar

Deprinderile alimentare ale copilului

1. În ce mod copilul dumneavoastră vă dă de înțeles că este flămând?

2. Cum reacționează când nu mai vrea să mănânce?

3. Care sunt bucatele preferate ale copilului dumneavoastră? De unde știți?

4. Dorește să guste bucate noi?

5. Cum ajutați copilul să încerce bucate noi?

6. Copilul dumneavoastră mănâncă mai bine în anumite perioade ale zilei?

7. Copilul dumneavoastră mănâncă repede sau încet?

8. Copilul mănâncă cantități suficiente o dată, de două ori pe zi sau cantități insuficiente, dar într-un număr mai mare de mese?

9. Copilul se distrage ușor atunci când mănâncă?

10. Cum se comportă copilul atunci când este hrănit de alte persoane?



Materialul suplimentar

Alimentarea copilului

Vă îngrijorează cum mănâncă copilul dumneavoastră? Aceste tabele vă vor ajuta să determinați cât ar trebui să mănânce copilul dumneavoastră. Nu vă faceți prea multe griji. Dacă copilul dumneavoastră crește normal, are energie suficientă și este relativ sănătos, probabil că mănâncă atât cât îi este necesar.

Mai jos este indicat ce mănâncă de obicei un copil de 2 ani. Copiilor adeseori le place să mănânce câte puțin pe parcursul întregii zile, de aceea cantitățile recomandate le puteți amesteca, îmbina și împărți în porții după necesitate.

Ce bucate să-i oferiți?	De cât are nevoie?
Chefir, lapte acru, iaurt, lapte, brânză, caș, smântână	16-20 linguri de masă (250-300 ml) (1-2 pahare)
Pește, ouă (bine fierte), carne (de miel, iepure, vită, piept de pui)	70 grame
Terci consistent (de hrișcă, mălai, ovăz, orez, porumb, griș) cu lapte și unt sau ulei vegetal	16-20 linguri
Legume: cartofi, morcov, sfeclă, dovleac, dovlecel, fasole	16-20 linguri
Supă consistentă din legume; borș, ciorbă cu carne și ulei vegetal	1-2 pahare
Alimente bogate în fier: carne, ouă, sfeclă, mărar, coacăză neagră, rodii	
Vitamina A – în legume și fructe de culoare galbenă-portocalie și verdeăță de culoare verde-închis: spanac, țelină	
Vitamina C – citrice, roșii etc.	1 de dimensiuni medii
Pâine din cereale, plăcinte, tartine, clătite	
Unt, ulei vegetal	5 grame (1 linguriță)

Model de meniu pentru copilul dumneavoastră

Perioada	Bucate recomandate
Micul dejun	Terci consistent din hrișcă + 5 g unt Ou Lapte
Dejun	Suc Biscuiți
Prânz	Ciorbă cu carne Piure de legume Carne de pui Pâine Compot
Gustare	Chefir Clătite cu brânză de vaci și smântână
Cină	Legume înăbușite Perişoare din carne de vitel Fructe
Înainte de culcare sau noaptea (când copilul solicită)	Lapte

Produse recomandate pentru copiii mici:

- **Cereale, pâine, orez și paste făinoase:** pâine din grăunțe, fulgi de cereale, paste făinoase, orez, turte, chifle, bastonașe de pâine.
- **Legume:** sparanghel, sfeclă, brocoli, morcovi, conopidă, frunze de salată, porumb, castraveți, ardei grași roșii și verzi, fasole, mazăre verde, cartofi, mazăre uscată, dovleac, spanac, roșii, sucuri de legume.
- **Fructe:** mere, piure de mere, caise, banane, pepene galben, smochine, sucuri de fructe, grepfrut, mango, nectarine, portocale, piersice, pere, prune, prune uscate, căpșune.
- **Lapte și produse lactate:** lapte integral și lapte degresat, iaurt, cașcaval, brânză, budincă din brânză de vaci, lapte de soia îmbogățit cu calciu.
- **Carne și proteine:** mușchi de carne de vită și de porc, șuncă, carne de pui sau de curcan curățată de piele, pește, produse marine, fasole fierte, unt de arahide, ouă.





Materialul suplimentar

Model de meniu pentru copilul meu



Rația
copilului meu

La ce oră mănâncă de obicei
copilul meu?

Ce îi dau de mâncare copilului
meu?



<i>Dimineața devreme</i>		
<i>Dimineața</i>		
<i>La prânz</i>		
<i>După masă</i>		
<i>La cină</i>		
<i>Înainte de culcare sau noaptea</i>		



Materialul suplimentar

Sfaturi privind introducerea alimentelor noi

În mod ideal, veți oferi copilului alimente care să constituie un meniu bine echilibrat. Scopul dumneavoastră este să-l obișnuiți pe copil cu bucate cât mai diverse. În acest scop v-ar putea fi utile următoarele strategii:

- Oferiți-i copilului bucatele noi pe aceeași farfurie cu bucatele preferate.
- La fiecare masă oferiți-i copilului un fel sau două de bucate pe care le-ar putea mânca cu mâna.
- Chiar dacă anterior copilul refuzase să mănânce un anumit fel de bucate, continuați să i-l puneți în farfurie de fiecare dată când îi serviți pe ceilalți membri ai familiei. Dacă va vedea că toți ceilalți mănâncă, s-ar putea să le urmeze exemplul.
- Serviți bucate de consistență diversă – uscate, moi, sfărâmicioase –, pentru ca el să înțeleagă că mâncarea poate fi diferită.
- Oferiți-i copilului bucate ușor de mestecat: dați morcovii și merele prin răzătoare, tăiați totul în bucăți mici, preparați supă și serviți-o abia caldă, ca să o poată bea din cană.
- Fierbeți legumele ca să fie ușor de mestecat, dar nu prea moi. Nu răsfierbeți legumele, ca să nu-și piardă culorile care îl atrag pe copil.
- Oferiți-i porții mici, nu mai mult de o lingură, și serviți numai două sau trei feluri de bucate la fiecare masă.



Materialul suplimentar

Eliminarea problemelor în alimentarea copiilor

- Fiți flexibili în ceea ce privește alimentația copiilor. Copiii mici insistă să decidă de sine stătător ce, când, cât și cât de des vor mânca, dar nu uitați de numărul de mese pe zi, necesare copilului.
- Dacă vă îngrijorează ce mănâncă copilul dumneavoastră, urmăriți ce consumă el pe parcursul unei săptămâni și nu doar timp de o zi sau două. Este posibil ca el să înceapă, cu timpul, să consume produse într-un mod mai echilibrat.
- Faceți ca mesele să se desfășoare într-o atmosferă calmă și prietenoasă. Timpul mesei poate să vă ofere posibilitatea minunată de a comunica cu copilul. Arătați-i că vă place mâncarea.
- Încurajați copilul să mănânce.
- Oferiți-i mâncare variată. Dacă copilul refuză un nou fel de mâncare, oferiți-l de câteva ori. Încurajați copilul să mănânce, dar nu-l forțați.



Ne jucăm și învățăm: primul an de viață



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor ajuta părinții să înțeleagă cum și de ce jocul este important pentru copil.
- Vor discuta cum se schimbă jocul pe parcursul primului an de viață.
- Vor oferi părinților idei de joacă cu copiii lor.

existenței care este distractivă este considerată joacă. Joaca le dezvoltă abilitățile motorii, de gândire și de memorizare, abilitatea de a învăța cum să interacționeze cu alte persoane. Când copilul învață prin joacă, el testează diferite tehnici pentru a o descoperi pe cea mai potrivită. Dacă copilul nu poate atinge scopul pe care și l-a propus, el se irită. Frustrarea îl determină să descopere soluția necesară. Când, în cele din urmă, reușește, îl încearcă un sentiment minunat. El își zice: „M-am descurcat singur!” Aceasta este cea mai bună stimulare pentru a continua să învețe. Joaca este metoda eficientă prin care copiii învață să-și atingă principalele scopuri la această vârstă: cum să se joace cu alți copii, cum să interacționeze cu adulții, cum să învețe despre propria persoană.

Pentru copii jocul înseamnă mai mult decât o distracție. Jocul le ajută să învețe, să facă descoperiri, cum ar fi descoperirea diferenței dintre „eu” și „nu eu”. În accepția lor, tot ceea ce stimulează corpul și simțurile pentru a le ajuta să-și dezvolte abilitățile de gândire și cele sociale, înseamnă joc. Copiii se distrează mereu; pentru ei a lua masa ori a face baie sunt și ele jocuri. Jocul înseamnă utilizarea tuturor simțurilor pentru o investigare fără de sfârșit a faptului cum funcționează lucrurile. Este important să ții cont de dispoziția copilului când alegeți timpul pentru joacă și tipul jocului. Ca și adulții, copiii preferă ocupații diferite, în funcție de dispoziție. Nu uitați că atunci când vorbiți cu el este nevoie de ceva timp până să identifice sursa sunetului. Oferiți-i timpul necesar. De asemenea, ajustați jocurile în funcție de temperamentul copilului. Copiii diferiți au nevoie de nivele de stimulare diferite. De exemplu, copilul are ne-

Copiii sunt gata să învețe din momentul nașterii. Ei apelează la toate simțurile pentru a înțelege lumea din jur. Ei își construiesc în mod activ cunoștințele, interacționând cu oamenii și lucrurile din jurul lor. Copiii mici nu fac deosebire între joc și învățare – între ceea ce fac de dragul distracției și ceea ce fac pentru a cunoaște lucruri noi. Copilul învață trăind, iar orice parte a



voie de stimulare suficientă pentru a o observa, dar nu atât de multă încât să-l copleșească și să-l facă să se retragă. Unii copii sunt extaziați de jocurile foarte intense, iar alții se sperie de ele. Receptivitatea față de zgomote, nivelul fricii, precum și gradul de timiditate și nivelul de activitate fizică diferă de la un copil la altul. Observați momentul când copilul se plictisește și ar vrea să înceapă un joc nou. Este extraordinar să descoperiți permanent că copilul dumneavoastră este special din atâtea puncte de vedere.

Între 3 și 6 luni, bebelușii manifestă interes față de obiectele cunoscute, dar și față de cele noi. Obiectele cunoscute încep să-l plictisească, iar dumneavoastră deveniți jucăria preferată a copilului. El vă folosește corpul pe post de echipament pentru gimnastică. Copilul are nevoie de puterea mușchilor dumneavoastră pentru a face mii de lucruri pe care nu le poate face de sine stătător. Atunci când îi acordați atenție, copilul savurează orice joc. Treptat, copilul va simți tot mai mult nevoia și dorința de a studia lumea și obiectele din jur. El va avea nevoie de obiecte de diverse forme, de diversă greutate și textură. Se pare că obiectele casnice sunt cele mai atractive. În primul an de viață, copilul manifestă interes față de obiectele care se deosebesc foarte puțin de cele pe care le cunoaște deja. Schimbările mici în obiectele bine cunoscute îl vor ajuta să depisteze diferențele dintre ceea ce cunoaște deja și ceea ce este nou.

Mișcarea obiectelor

Îndată ce învață să se târască, copilul se pornește în căutarea obiectelor noi. Totul îi pare interesant, nu poate fi atent mai mult de câteva clipe, trecând rapid de la o activitate la alta. El nu obosește nicicând să scape obiectele, să le rostogolească, să le arunce, să le scufunde sau să le miște prin aer pentru a le descoperi calitățile și pentru a vedea ce se întâmplă cu ele. Astfel, copilul studiază obiectele. Ca un adevărat om de știință, copilul studiază și observă proprietățile acestor obiecte; apoi el învață să deosebească diferite forme, dimensiuni și texturi. Copilul studiază obiectele, punându-le în gură. Iată de ce trebuie să fiți atenți la obiectele pe care le poate ajunge copilul. La această vârstă, copiii le face deosebită plăcere să arunce mingi ușoare sau să umple și să descarce la nesfârșit vase cu obiecte mici. Îndată ce va însuși noțiunea de cauză și efect, copilul va fi fascinat de instrumentele muzicale simple, cum ar fi toba. Copilului îi face tot mai multă plăcere producerea sunetelor, precum și faptul că el singur poate produce aceste sunete.



Pe parcursul ultimelor șase luni ale primului an de viață, copilul învață să șadă, să se târască și să stea în picioare. Însușirea fiecărei abilități îi solicită copilului multă energie și exersare.

Copilul de 8 luni este curios și manifestă interes față de tot ce-l înconjoară, dar atenția lui este de scurtă durată și va trece rapid de la o activitate la alta. La vârsta de 12 luni, copilul va fi capabil să studieze un obiect timp de 15 minute, dar va face acest lucru în mișcare activă.

Toți copiii au o predispoziție înnăscută pentru a reuși. Toate abilitățile fizice însușite le aduc un grad sporit de independență. Bebelușii nu mai trebuie să se bazeze pe adulți pentru a explora lumea. Totodată, sporește și dependența emoțională. Copilul are nevoie de susținere emoțională și încurajare permanentă în tot ceea ce face. Tot ce învață copilul, învață prin joacă.

Apucarea și eliberarea obiectelor

Bebelușul are nevoie de mai mult timp pentru a-și descoperi mâinile decât pentru a începe să recunoască fețele. El vede fețe de multe ori, zilnic, iar mâinile nu sunt la vedere și el nu se gândește la ele până nu le descoperă existența. La 6 săptămâni, bebelușul își descoperă mâinile prin atingere. El apucă o mână cu alta, o trage, strânge și desface pumnii. Dar chiar și la 8 săptămâni bebelușul încă nu înțelege că mâinile sunt o parte componentă a corpului său. El folosește o mână ca să se joace cu cealaltă mână, de parcă ar fi un obiect oarecare. La vârsta de circa 2,5 luni, bebelușul începe să-și privească mâinile când ele apar în față. El încă este foarte miop, dar în stare să-și concentreze mult mai repede privirea asupra obiectelor care îi sunt arătate direct.

La vârsta de 3-4 luni, bebelușul privește obiectul, își privește mâna care se află mai aproape de fața sa, întinde mâna în direcția obiectului, măsoară distanța cu privirea și repetă acest proces până reușește, în cele din urmă, să atingă obiectul. Totuși, nu reușește să-l apuce. Aproape întotdeauna găsește și strânge degetele în pumn înainte de a atinge obiectul. Jucăriile ce se leagă nu mai sunt potrivite, căci bebelușului nu îi este suficient să lovească obiectele. Dacă ele se vor legăna la atingere, bebelușul va deveni foarte frustrat.

La vârsta de 3-4 luni, bebelușul își poate fixa privirea pe obiectele aflate aproape la orice distanță și le poate urmări mișcarea în orice direcție. Treptat, nu mai simte nevoia să-și treacă privirea de la obiectul dorit la mâna cu care vrea să îl apuce. El știe unde se află mâna sa și poate să-și fixeze privirea pe obiect. La 6 luni, bebelușul va ridica brațul și va întinde mâna direct spre obiectul dorit. În această perioadă, bebelușul se învață și să apuce obiectul atins. El întinde palma cu degetele desfăcute până atinge obiectul și apoi strânge degetele în jurul lui. De asemenea, el poate să întindă ambele brațe către un obiect mare și va reuși să-l tragă spre piept. Dacă copilul va fi înconjurat de obiecte interesante, el se va învăța rapid să se întindă înspre ele, fără a-și privi mai întâi mâinile. El are nevoie de multă exersare pentru a însuși aceste abilități noi și procesul îi produce satisfacție, dar fiți atenți la obiectele din apropierea bebelușului, deoarece el duce la gură tot ce reușește să apuce. Bebelușii explorează obiectele noi cu ajutorul receptorilor bucali.

Observările bebelușului pe parcursul acestor luni îl vor ajuta să înțeleagă că obiectele există chiar și atunci când el nu le vede. Această înțelegere se numește „permanența obiectului”. La vârsta de 8 luni, când un obiect mic este ascuns sub o bucată de stofă, bebelușul va ridica stofa și va căuta obiectul, ceea ce nu s-ar fi întâmplat cu trei luni înainte. Această curiozitate înnăscută a bebelușilor le ajută să învețe și să crească.

Importanța jocului



DISCUȚII ÎN GRUP

Începeți ședința prin a le adresa participanților următoarele întrebări:

- Aveți timp să vă jucați cu copilul?
- Cum vă place să vă jucați cu copilul?
- Ce activități îi plac cel mai mult copilului dumneavoastră?
- Cum vă simțiți în timpul acestor activități?

Apoi întrebați-i:

- Cum credeți, ce învață copilul pe parcursul primului an de viață atunci când vă jucați cu el?

Iată unele răspunsuri posibile:

- „Învăță să soluționeze probleme”
- „Învăță să interacționeze cu alții”
- „Dezvoltă imaginația copilului”
- „Îi ajută să înțeleagă sentimentele altor persoane, precum și sentimentele proprii”
- „Dezvoltă cunoștințele și conceptele copilului privitor la rostul și utilitatea obiectelor/lucrurilor”
- „Îmbunătățesc coordonarea abilităților motorii fine și grosiere”

Împărțiți participanților materialul suplimentar „Pur și simplu, ne jucăm?”

Amintiți-le părinților că scopul jocului este distracția și însușirea diverselor abilități. Rezultatul jocului este dezvoltarea și învățarea. În timp ce vă jucați cu copilul dumneavoastră, el învață lucruri noi.

Soluționarea problemelor

- Încearcă să ajungă obiectele îndepărtate.
- Scutură jucăriile care produc sunete.
- Încearcă să treacă obiecte de forme diferite prin găurile decupate în pereții jucăriilor speciale.
- Manipulează jucăriile cu arc pentru a le explora posibilitățile.

Interacțiunea

- Răspunde când îi vorbești.
- Face grimase în fața oglinzii.
- Ascultă când cineva vorbește.

Ideii creative

- Face zgomot cu ajutorul vaselor și tacâmurilor.
- Îi place să se joace de-a „Te-am văzut!” sau jocuri în care obiectele sunt acoperite cu o plapumă.



Imaginația

- Se joacă cu păpușile.
- Vă imită.
- Reacționează la muzică, la cântece.



Sentimentele

- Recunoaște sentimentele, observând schimbarea mimicii și intonației dumneavoastră.
- Comunică altor copii sau adulților sentimentele sale prin sunete, gesturi sau cuvinte.

Cunoștințele și conceptele

- Îi place să se joace de-a „Te-am văzut!” sau jocuri în care obiectele sau fețele sunt acoperite cu o plapumă – „Unde-i tăticul?” Iată-l!”. Copilul înțelege că obiectele există chiar și atunci când el nu le vede.

Insistența

- Încearcă să ajungă jucăria.
- Repetă încercarea în ziua următoare.



ACTIVITATE

Jocul: Ce învață copilul meu?

Rugați participanții să lucreze în perechi. Împărtășiți-le cartelele „Ce învață copilul meu?”. Rugați-i să discute ce învață copilul în fiecare din situațiile propuse. Apoi, rugați participanții să citească răspunsul de pe partea opusă a cartelei și să-l compare cu propriul răspuns. Ca extindere a acestei activități, rugați participanții să creeze cartele suplimentare, bazându-se pe observările efectuate asupra propriului copil.

Facilitatorii pot utiliza exemplele de mai jos pentru a elabora cartelele de joc „Ce învață copilul meu?”. Scrieți exemplul pe o parte a cartelei, iar pe partea opusă scrieți explicația/răspunsul. Facilitatorii vor face cartele suficiente, pentru fiecare pereche de participanți. De asemenea, vor pune la dispoziția participanților cartele suplimentare, pentru propriile exemple.

- Hana are 2 luni. Îi place să-și privească mâinile când le aduce în față. De ce?
Hana învață că mâinile sunt o parte componentă a corpului ei. Ea învață că își poate controla mișcările mâinilor deoarece ele sunt o parte componentă a corpului ei.
- Mihai are 8 luni. Se distrează foarte mult, lăsând obiectele să cadă. Îi place să scape jos jucăriile, mâncarea, diverse obiecte ce-i nimeresc în mână. Cum credeți, ce învață copilul?
Mihai învață că obiectele cad în jos, și nu în sus. De fiecare dată când scapă un obiect, acesta cade jos. Copilul învață că unele obiecte/lucruri funcționează întotdeauna în același mod.
- Susana are 4 luni. Când începe să se agite, pur și simplu o mut într-un loc nou din cameră și ea se liniștește imediat. Dacă ea ar putea vorbi, ce credeți că încearcă să spună?

Susana, la fel ca toți copiii, are o atenție de scurtă durată. Varietatea este esențială. Ea nu numai că are nevoie de o varietate de lucruri/obiecte la care să se uite, dar are nevoie și să-și petreacă timpul în locuri și poziții diferite. Ea vrea să se uite la cameră din diferite unghiuri.

- d) Petru are 8 luni. Jocul lui preferat este cel cu obiectul ascuns sub plapumă. Eu iau un cârlig de rufe și îl ascund sub plapumă. Cu mare intensitate, el ridică plapuma, caută și găsește cârligul. De fiecare dată când îl găsește, el râde și reacționează de parcă ar fi prima dată când îl descoperă. El este atât de mândru de el însuși! De ce?

Petru a înțeles că obiectul există chiar și atunci când el nu îl vede. Această înțelegere este numită „permanența obiectelor”.

- e) Mariei îi place să se uite la jucăriile agățate deasupra capului. Ea le urmărește cu privirea. Deși are numai trei luni, am observat că se întinde să le ajungă și să le atingă. Credeți că încearcă să facă jucăriile să se miște?

Maria își concentrează privirea și urmărește obiectele/jucăriile care o interesează. De asemenea, ea își folosește mâinile și degetele pentru a ajunge obiectele. Ea descoperă că atunci când atinge un obiect, îl face să se miște.

- f) Marius are 11 luni. Într-o zi a început să râdă când soțul și-a pus în cap căciulița de bebeluș. Soțul a început să danseze, iar copilul râdea în hohote. Toți copiii reacționează astfel?

Marius este un observator bun și știe multe despre oamenii dragi. El își dă seama când ceva nu este în regulă și se amuză pe seama situațiilor hazlii. Curând, va face singur lucruri haioase pentru a-i face pe alții să râdă.

- g) Marina manifestă interes pentru un obiect nou. Ea ajunge obiectul și îl duce direct la gură. Trebuie s-o supraveghez mereu. De ce copilul face acest lucru?

În primele șase luni de viață, gura bebelușului este mult mai sensibilă decât mâna. Marina învață cum sunt obiectele la gust și la pipăit, ducându-le direct la gură. Copilul testează mai curând textura decât gustul.

- h) Servitul mesei a fost întotdeauna o distracție, dar și o ocazie de a face dezordine (a împrăștiu mâncarea) pentru Victor. Îi plăcea să se joace mereu cu alimentele. Victor are 9 luni. Acum îi dau produse care pot fi mâncate cu mâna. El are nevoie de timp ca să apuce cu degetele bucăți mici.

Doar în următoarele șase luni de viață copiii învață să folosească degetele separat. Victor este din ce în ce mai iscusit în a apuca lucrurile cu mâinile sale.

Jocuri variate



DISCUȚII ÎN GRUP

Discutați cu participanții despre capacitatea copilului de a învăța lucruri diferite și de a însuși diverse abilități prin intermediul jocurilor:

Jocuri active: copilul se dezvoltă fizic alergând, mergând cu bicicleta, aruncând obiectele, lovind obiectele cu piciorul.

Jocuri creative: imaginația și motricitatea fină a copilului se dezvoltă atunci când el desenează, modelează figuri din lut, cântă din gură și la diferite instrumente.

Jocuri de imaginație: copilul se învață să soluționeze diferite probleme, să își dezvolte abilitățile verbale și cele sociale atunci când imită activitățile cotidiene și comportamentul altor persoane.

Jocuri emotive: copiii se dezvoltă din punct de vedere emoțional și învață să înțeleagă sentimentele altor persoane, precum și sentimentele proprii atunci când se joacă cu păpușile și animalele de pluș.

Subliniați faptul că fiecare părinte are un stil unic de joacă și de interacțiune cu propriul copil. Unor părinți și copii le plac jocurile mai active, pe când alții preferă să citească în liniște, să se joace calm sau să adune piesele unui puzzle. Nu există un joc mai bun decât altul. Toți copiii trebuie să încerce jocuri cât mai variate.



ACTIVITATE

Învățăm și ne jucăm

Împărțiți-le participanților materialele suplimentare „*Învățăm și ne jucăm: Primele șase luni de viață*” și „*Învățăm și ne jucăm: Următoarele șase luni*”. Rugați participanții să lucreze în grupuri mici și să analizeze materialele propuse și să sugereze idei cum ar putea să-l ajute pe copil să învețe prin joc. Scopul este ca fiecare grup să sugereze idei de materiale care ar putea să-l ajute pe copil să învețe jucându-se.

Pregătiți câteva hârtii de flip-chart pe care participanții își vor scrie sugestiile. Participanții își pot nota toate sugestiile în boxele lor cu activități și pot continua această activitate acasă. În cadrul ședinței următoare participanții își pot prezenta sugestiile.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Rugați-i pe părinți să urmărească / observe bebelușul în timp ce explorează un obiect interesant sau o jucărie. Rugați-i să-și noteze toate observările și să discute despre acestea în cadrul ședinței următoare.

- Descrieți ce face copilul.
- Copilul încearcă să soluționeze o problemă?
- Copilul face ceva nou și neașteptat?
- Cum reacționați dumneavoastră?
- Cum credeți, ce învață copilul din această activitate?
- Cum vă simțiți în timpul acestei activități?



Copiii sunt gata să învețe din momentul în care s-au născut. Ei își folosesc toate simțurile pentru a cunoaște lumea din jur. Ei învață în mod activ, interacționând cu oamenii și obiectele.

- Toți copiii se nasc cu tendința spre succes. Totul ce învață pe parcursul primului an de viață îi transformă în ființe cu un nivel foarte înalt de independență.
- Prin joc copiii însușesc cele mai importante abilități: cum să se joace cu alți copii, cum să comunice cu adulții și cum să afle mai multe despre ei înșiși.
- Este important ca jocurile să corespundă temperamentului copilului. Fiecare copil are nevoie de un nivel de stimulare propriu numai lui. Părinții, la rândul lor, au stiluri proprii de joc și interacțiune cu copiii lor.
- Tuturor copiilor le plac jocurile diverse – active, liniștite, creative. Unii copii preferă un anumit tip de joc tuturor celorlalte și au nevoie de încurajare pentru a se implica în toate tipurile de jocuri care ar contribui la o dezvoltare armonioasă.
- Copiii studiază obiectele, punându-le în gură. Fiți atenți la obiectele care îi înconjoară, știind că totul ce poate fi apucat va ajunge, eventual, în gura lor.
- Nu uitați că jocul preferat al copilului este cel la care participați și dumneavoastră.

Materialul suplimentar

Pur și simplu, ne jucam?

Copilul dumneavoastră se schimbă mereu. Și ceea ce învață copilul, de asemenea, se schimbă. De fiecare dată când copilul se joacă, el se bazează pe ceea ce a învățat înainte. Bebelușii de un an de zile încep să-și manifeste independența. Jocul bebelușilor și a copiilor mici devine tot mai complex. Iată câteva din abilitățile pe care și le dezvoltă copiii prin joc:

Soluționarea problemelor

- Încearcă să ajungă obiectele îndepărtate.
- Scutură jucăriile care produc sunete.
- Construiește.
- Se îmbracă.
- Potrivește piesele din puzzle sau alte jocuri.

Abilitățile sociale

- Răspunde când îi vorbești.
- Face grimase în fața oglinzii.
- Discută cu alte persoane despre obiectele din jur.
- Își așteaptă rândul și cooperează cu alții.



Idei creative

- Folosește un obiect pe post de altul.
- Îi place să vopsească, să coloreze, să amestece culorile.
- Îi place să se joace „De-a...” – construiește o casă din perne.
- Folosește obiectele casnice pentru joacă – cutii goale, linguri, cratițe, taburete etc.

Imaginația

- Imită, dă „pa-pa”, face grimase.
- Reacționează la muzică, la cântece.
- Încenează acțiuni familiale de rutină – gătește, citește etc.
- Se joacă cu păpușile, le alină.
- Alcătuiește povestioare, cântece, poezii.
- Folosește obiecte pentru jocul de imaginație.



Sentimentele

- Recunoaște sentimentele, observând schimbarea mimicii și intonației dumneavoastră.
- Comunică altor copii sau adulților sentimentele sale prin sunete, gesturi sau cuvinte.
- Recunoaște sentimentele altor persoane.
- Folosește păpușile pentru a încena situații dificile.
- Îi mângâie pe alți copii, adulți.
- Îngrijește jucăriile sau animalele de casă.

Cunoștințele și conceptele

- Îi place să se joace de-a „Te-am văzut!” sau jocuri în care obiectele sunt acoperite cu o plapumă.
- Folosește cănițele de plastic de diferite dimensiuni sau alte obiecte pentru a înțelege conceptele de dimensiune, volum.
- Memorizează cazurile când au eșuat încercările anterioare.
- Învăță pe de rost cântece, poezii, povești.
- Recunoaște rutinele simple.

Insistența

- Încearcă să ajungă jucăria.
- Continuă activitatea chiar și în cazul eșecului repetat (de exemplu, încearcă să construiască un turn sau să termine de strâns un puzzle).
- Dorește să finiseze proiectul început mai înainte.
- Se distrează, încercând să însușească o abilitate motorie fină sau grosieră.



Materialul suplimentar

Învățăm și ne jucăm:

Primele șase luni de viață

Obiecte care atrag vederea

Dacă bebelușii au multe obiecte ce pot fi privite, ei învață să recunoască oamenii și obiectele. Văzul lor se îmbunătățește datorită dezvoltării mușchilor oculari în urma exercițiilor. La vârsta de aproape șase luni, văzul lor este tot atât de dezvoltat ca și cel al adulților. Obiectele care pot fi privite cu atenție constituie o sursă importantă de stimulare pentru bebeluș, în special atunci când este încă prea mic ca să le apuce cu mâinile. Varietatea este importantă, căci bebelușul încă nu-și poate concentra atenția pentru mult timp.

Pentru bebeluși fața dumneavoastră este mai interesantă decât orice obiect. Dacă zâmbiți sau vorbiți cu bebelușul în timp ce îl țineți în brațe, în curând el vă va răsplăti cu un zâmbet. Acesta este unul dintre pașii cei mai importanți în procesul de însușire a artei comunicării.

Obiecte care pot fi pipăite sau apucate cu mâna

Bebelușii încep să studieze lumea din jur cu ajutorul simțului tactil. La circa trei luni bebelușul începe să apuce obiectele cu mâna. Din acest moment, este important să-i asigurăm securitatea, deoarece el va încerca să ducă la gură totul ce apucă. Gura este mai sensibilă decât degetele și bebelușul învață mai multe despre calitățile obiectelor dacă le pune în gură.

Ce pot face părinții?

- Selectați obiecte de forme, dimensiuni, greutate și cu texturi diferite.
- Încercați să descoperiți toate obiectele ce pot servi ca „jucării”, cum ar fi ambalajele sau vasele goale.
- Ascundeți obiectele bine cunoscute care au devenit plictisitoare – peste câteva zile ele iarăși vor părea interesante.
- Încercați să puneți pe o sfoară obiecte mici care se rotesc și produc sunete la atingere.

Materialul suplimentar

CASETE CU ACTIVITĂȚI: CUM SĂ-L AJUTĂM PE COPIL SĂ ÎNVEȚE PRIN JOACĂ

Vă propunem câteva idei care îl vor ajuta pe bebeluș să exploreze diverse obiecte. Dar ce idei ați putea sugera dumneavoastră?

1. Când bebelușul învață să-și concentreze atenția, să urmărească cu privirea obiectele în mișcare și să reacționeze la sunete, el are nevoie de obiecte care să-l stimuleze sau să-l calmeze, care să-l atragă atenția și să-l încurajeze să-și folosească ochii și urechile.

Ce materiale i-ar plăcea?

- | | |
|--|------------------|
| • Jucării mobile atârinate deasupra leagănului | • Cutii muzicale |
| • Ghirlande cu luminițe | • Clopoței |

2. Când bebelușul este în stare să vă apuce de deget, el are nevoie de obiecte care să-l încurajeze să folosească concomitent văzul și mâinile și să-și dezvolte coordonarea mișcărilor.

Ce materiale i-ar plăcea?

- Jucării care produc sunete când sunt scuturate
- Jucării moi

3. Când bebelușul începe să-și sugă pumnii, el are nevoie de obiecte care i-ar dezvolta abilitățile de mestecat și de apucat.

Ce materiale i-ar plăcea?

- Jucării moi de cauciuc
- Jucării din plastic netede și tari care pot fi apucate ușor
- Inele de ros

4. Când bebelușul învață să șadă cu susținere, el are nevoie de obiecte care l-ar ajuta să întindă mâinile pentru a apuca obiectele pe care le poate ajunge. El va avea nevoie de jucării care îl vor ajuta să înțeleagă că atunci când atinge un obiect el se mișcă și produce zgomot.

Ce materiale i-ar plăcea?

- Jucării atârinate pe sfoară, care se rotesc sau produc sunete la atingere
- Jucării moi și mici care produc sunete

Materialul suplimentar

Învățăm și ne jucăm:

Următoarele șase luni de viață

Pe parcursul ultimelor șase luni ale primului an de viață, copilul crește rapid. El poate să se așeze singur și degrabă va învăța să se miște prin cameră. El poate să se întindă ca să apuce obiectul care îl interesează, să-l rotească în toate părțile și să-l privească atent. Apoi, copilul duce repede obiectul la gură, ca să-i examineze textura, mai apoi ca să-l fluture prin aer și să-l scape jos, atras de un obiect și mai interesant. De asemenea, copilul devine frustrat, dacă nu poate ajunge obiectul dorit. Toate acestea fac parte din procesul de învățare și joacă.

Scăparea obiectelor

Când copilul înțelege că poate lăsa obiectele din mâini, scăpatul obiectelor începe să-l distreze foarte mult. Copilul scapă jos obiectele ca să vadă ce se va întâmpla cu ele. De asemenea, îi place aspectul social al jocului, când îi dați înapoi obiectul scăpat.

- Dați-i copilului obiecte cât mai diferite pe care să le scape jos – obiecte ușoare, cum ar fi hârtia, obiecte grele care se rostogolesc și obiecte care rămân acolo unde au căzut.
- Încurajați dezvoltarea coordonării, oferindu-i copilului o cutie, un vas în care să scape obiectele.



Umplerea și deșertarea diverselor vase

La vârsta de un an, copilului începe să-i placă să umple și să golească diferite vase. Dați-i vase de diferite dimensiuni și obiecte cu care le-ar putea umple – cuburi, scoici, cârlige pentru rufe. De asemenea, copiilor le place să despacheteze bagajele și să golească dulapurile. Puteți scoate totul dintr-un dulap și lăsa copilul să-l umple cu obiectele care îi plac și care pot fi scoase din nou.

Zidirea

Copiii adoră să se joace cu blocuri și vase de diferite dimensiuni. Lor le place să zidească turnuri și să le strice. Aceasta le ajută să-și dezvolte coordonarea dintre văz și mișcări.

Materialul suplimentar

CASETE CU ACTIVITĂȚI: CUM SĂ-L AJUTĂM PE COPIL SĂ SE JOACE ȘI SĂ ÎNVEȚE

Ridicarea obiectelor de jos și punerea lor la loc constituie abilități complexe. Copilul va dedica mult timp pe parcursul primului an de viață pentru a le însuși. Pentru a vă asigura că aceste abilități se dezvoltă, trebuie să-i oferiți obiecte cât mai diverse.

Vă propunem câteva idei pentru a-l putea ajuta pe copil să învețe în urma jocului cu o varietate mare de obiecte interesante și sigure. Ați putea sugera și alte idei?

1. La etapa când copilul începe să manifeste plăcere în legătură cu jucăriile și prezența dumneavoastră, el va avea nevoie de obiecte care să-l ajute să recunoască diferite culori, forme și sunete.

Ce obiecte i-ar plăcea?

- Cărți cu imagini simple.
- Instrumente muzicale simple.
- Muzică, cântece și poezii.

2. La etapa când copilul dumneavoastră se întinde și apucă obiectele cu ambele mâini și cu toate degetele odată, el are nevoie de obiecte care să-l ajute să învețe să apuce, să împingă și să tragă obiectele cu mâinile și degetele.

Ce obiecte i-ar plăcea?

- Jucării din care poți zidi sau pe care le poți pune una peste alta.
- Jocuri pentru sortarea obiectelor după forma lor geometrică.

3. La etapa când copilul dumneavoastră știe să șadă pe podea, dar încă nu știe să se târască, el are nevoie de obiecte care l-ar încuraja să se deplaseze de sine stătător.

Ce obiecte i-ar plăcea?

- Cuburi sau mingi moi care pot fi aruncate.
- Obiecte care pot fi rostogolite înainte și înapoi.

Jocul: Aventura învățării



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor explora etapele de dezvoltare a jocului pentru copii.
- Vor identifica ce obiecte sunt potrivite pentru joc.
- Vor crea experiențe eficiente de învățare acasă.
- Vor înțelege cum ar putea spori și susține jocul copilului.

și capacitatea de a învăța cum să comunice cu alte persoane. Când copilul învață prin joc, el testează diverse tehnici pentru a descoperi care dintre ele sunt potrivite. Când copilul nu reușește să își atingă scopul dorit, el devine frustrat, ceea ce îl încurajează să găsească alte modalități. În cele din urmă, când copilul își atinge scopul, el se simte foarte mândru de sine: „M-am descurcat singur!”. Acest sentiment încurajează dorința de a învăța în continuare. Prin joc copiii învață să facă față principalelor sarcini – de a se juca cu alți copii, de a comunica cu adulții, de a se studia pe sine.

În cadrul acestei ședințe rugați participanții să discute despre importanța jocului și contribuția lui la dezvoltarea copilului.

Explorarea și experimentarea

Pe măsură ce copilul devine tot mai mobil, el are ocazia de a se deplasa pentru a găsi obiecte pe care să le exploreze. Copilul apucă diverse obiecte și încearcă să descopere ce poate face cu ele. El le studiază prin atingere, le lasă să cadă jos, le strânge în pumn. În curând, el începe să experimenteze diverse obiecte. Copilul observă ce se întâmplă, compară diferite rezultate și descoperă răspunsuri. El are nevoie de cât mai multe posibilități pentru a studia diverse substanțe și a înțelege conceptele proprii activităților de zi cu zi, cum ar fi „ud”, „uscat”, „plin”, „gol”, „plutește”, „se scufundă”.

Copilul are nevoie de posibilități pentru a explora și a folosi în mod „greșit” obiectele. El le apucă și le duce la gură, încearcă să descopere cum le poate folosi și cum sunt la gust. Experimentând, copilul va încerca să folosească același obiect în mai multe moduri. Experimentarea îl ajută să-și dezvolte procesele gândirii creative – nerespectând regulile, încercând să descopere lucruri care ar fi rămas necunoscute în caz contrar. Treptat, copilul însușește regulile care determină posibilitățile diferitor obiecte. Când copilul răstoarnă o cană cu apă, el se udă; când răstoarnă o cană cu nisip, rămâne uscat. Apa se îmbibă în haine, iar nisipul se scutură jos când el se ridică în picioare.



Descoperind cum se comportă diferite obiecte, copilul începe să observe asemănările și deosebirile. El începe să clasifice obiectele după culoare, formă și dimensiune. Treptat, capacitatea sa de a înțelege categoriile de obiecte se dezvoltă. Copiii mici dedică mult timp exersării abilităților de sortare și clasificare în timpul jocului.

Jocurile de imaginație

Capacitatea de a gândi prin simboluri, care joacă un rol atât de important în dezvoltarea vorbirii, contribuie la îmbogățirea considerabilă a jocurilor copiilor. La etapa când copilul este capabil să înțeleagă că un obiect îl poate înlocui (simboliza) pe altul – fie atunci când un cuvânt simbolizează un obiect, fie atunci când păpușa simbolizează bebelușul sau atunci când un cerc și două linii trasate pe foaie reprezintă o persoană – copilul deschide ușa spre bogata lume a fanteziei și jocurilor de imaginație.

Dezvoltarea capacității de a participa la jocurile de imaginație are loc în paralel cu dezvoltarea vorbirii. Copiii care folosesc cuvinte aparte pentru a se referi la diferite obiecte sunt capabili să efectueze substituții simple, de exemplu, să pretindă că o cană goală este plină și să „bea” din ea. La aceeași etapă când copiii se învață să formeze fraze din două-trei cuvinte, jocurile de imaginație devin mai complexe. Acum jocul include mai multe acțiuni. De exemplu, la doi ani copilul poate să „umple” cana goală, să bea din ea și să spună „Gata!”. La început, copiii sunt capabili să imite folosirea de sine stătătoare a obiectelor simple (pieptelui, lingurii, căni), iar apoi se învață să pretindă efectuarea anumitor acțiuni față de alte persoane („piaptănă” părul mamei, „hrănesc” păpușa din cană). Această tranziție are loc cam la aceeași vârstă când copiii încep să folosească propoziții cu subiect, predicat și un complement direct. La vârsta de 2-3 ani copiii trec la un alt nivel de dezvoltare, devenind capabili să înlocuiască obiectele reale cu alte obiecte: ei piaptănă părul cu rigla, hrănesc păpușa cu cuburi, transformă scaunul în automobil etc.

Primele manifestări ale gândirii abstracte se reflectă în capacitatea copilului de a participa la jocurile de imaginație. Datorită imaginației, jocurile sunt pline de invenții și simulări. Copiii le place să aibă la îndemână materiale care le stimulează imaginația. Fără vreun ajutor ei pot să încorporeze obiectele găsite în jocul lor.

Copiii capătă experiență socială semnificativă, jucând rolul diferitor persoane. Astfel de jocuri de imaginație le permit copiilor să învețe acțiunile necesare și să rezolve problemele zilnice cu ajutorul simulărilor.

Adeseori, copiii nu reproduc corect detaliile, dar nu este necesar să le atrageți de fiecare dată atenția unde au greșit. La această etapă este important ca ei să aibă încredere pentru a continua să pretindă diverse lucruri. Dacă li se va oferi timpul și spațiul adecvat pentru joc, abilitățile lor de gândire se vor dezvolta. Ca adevărați savanți, ei au nevoie de independență pentru a lucra cum le place și a demonstra rezultatele obținute abia la sfârșit.

Copiii au nevoie de mult timp pentru a-și imagina diverse lucruri și pentru a aplica abilitățile însușite. În timpul jocului, toate deciziile îi aparțin copilului. El poate testa multe situații și acțiuni diferite, pentru a descoperi care sunt potrivite pentru el.

Abilități însușite de copii prin joc



DISCUȚII ÎN GRUP

Puneți-le participanților întrebarea de mai jos:

➤ **Cum credeți, de ce ne jucăm când suntem mici?**

Rugați-i pe părinți să-și împărtășească ideile. Notați răspunsurile pe foaie de flip-chart.

Copiii se joacă din multe motive. Să vedem ce fac copiii când sunt implicați în principală lor ocupație – joaca.

Împărțiți-le părinților materialul suplimentar „*Pur și simplu, se joacă?*” Discutați ce învață copiii din experiență pe parcursul unei zile de joacă. Învățarea unor lucruri noi sau însușirea unor abilități noi nu are loc în fiecare zi sau de fiecare dată, dar copiii continuă să învețe și să se dezvolte prin intermediul jocului.

Rugați-i pe părinți să citească materialul și să împărtășească din propria experiență, utilizând propriile observații, câteva exemple de cazuri când copiii lor au făcut lucrurile descrise în material.

Iată câteva subiecte pentru discuție:

- *Copilul dvs. a folosit unele obiecte pe post de altele? De exemplu, a pretins că ruloul de carton este un telescop?*
- *Cum propune copilul să reparați ceva ce s-a stricat? Vă oferă sugestii?*
- *Cum împart copiii rolurile când se joacă de-a mama și tata sau îi imită pe maturi?*

Ce fel de materiale se potrivesc pentru joc?

Copiii se joacă aproape cu orice – bucăți de stofă, sticle de plastic, linguri, cutii goale. Bebelușii de 1-2 ani consideră că majoritatea obiectelor casnice sunt fascinante – cratițe, cutii de diferite dimensiuni și forme, borcane. Ei au nevoie de materiale care le-ar permite să exploreze și să experimenteze – le convine orice, chiar și obiectele confecționate din resturi de materiale.

Este important de ținut minte că la diferite vârste copiii au nevoie de diferite materiale pentru joc, pentru ca să-și poată folosi toate abilitățile.

Ce obiecte sunt potrivite pentru joc?



DISCUȚII ÎN GRUP

Puneți-le participanților întrebarea de mai jos sau o întrebare alternativă, compusă de dvs., pentru a începe discuția. Încurajați toți participanții să vorbească.

➤ Care era joaca/jucăria dvs. preferată când erăți mic?

Faceți un sumar succint al răspunsurilor primite.



ACTIVITATE

Activitate în perechi

Pregătiți 20 de cartele cu imagini ale jucăriilor pe o parte și descrierea lor pe partea opusă. Imaginile trebuie să includă materiale / jucării pentru diferite vârste.

Desenați pe hârtie de flip-chart conturul copilului în care sunt marcate ariile de dezvoltare:

- Capul = dezvoltarea intelectuală, gândirea
- Inima = dezvoltarea emoțională, sentimentele
- Mâinile = dezvoltarea abilităților de motricitate fină
- Trunchi, brațe, picioare = dezvoltarea abilităților de motricitate grosieră.

Puneți cartelele pe masă și rugați perechile să aleagă câte o cartelă și să discute următoarele subiecte:

- Pentru ce vârstă este jucăria?
- Ce arii de dezvoltare încurajează?
- Va fi susținut sau diminuat rapid interesul copilului față de această jucărie?
- Poate jucăria să fie folosită în mai multe moduri?
- Este jucăria sigură/lipsită de riscuri?
- Se poate strica cu ușurință?

Rugați-i pe părinți să-și spună părerea cu privire la fiecare jucărie și dacă o recomandă drept un material bun de joc. Dacă recomandă o jucărie, rugați-i să pună cartela pe flip-chart în dreptul ariei de dezvoltare pe care o încurajează. Împărțiți participanților materialele suplimentare: „*Ce obiecte sunt potrivite pentru joc?*”, „*Materiale de joc pentru copilul de 1-3 ani*”, „*Materiale de joc pentru copilul de 3-5 ani*”.

Jocurile și învățarea în orice condiții

Părinții sunt, cu adevărat, cei mai importanți pedagogi. Totuși, aceasta nu înseamnă că trebuie să transformați casa în școală, cu o atmosferă formală de predare! Copiii mici se irită ușor dacă sunt forțați să învețe prin metode prea dificile pentru ei. Impunerea copilului să se joace cu materiale care sunt prea complicate pentru el sau solicitarea cu insistență ca un copil de patru ani să scrie fără greșeli sunt dictate de așteptările prea mari față de capacitățile copilului.

Toate activitățile zilnice sunt fascinante pentru copil. De exemplu, puteți fi de părerea că sortarea șosetelor și ciorapilor este o activitate plictisitoare, dar pentru copiii de trei ani este o activitate interesantă și distractivă – lor le place să grupeze obiectele după culoare.

CASA: principala școală a copilului!

Copiii se joacă cu orice au la dispoziție – bucăți de stofă, sticle din plastic, linguri sau cutii goale. Ei adoră materialele care îi încurajează să rezolve probleme. În timpul jocului, copiii adeseori îi imită pe adulți. Prin materialele de joc copiii descoperă lumea și, treptat, însușesc abilitățile de care vor avea nevoie în viața de adult.

Casa părintească este prima școală a copilului, iar explorarea ei durează mult timp. Copilul poate învăța foarte multe. Pe măsură ce învață să se deplaseze, copilul poate apuca tot mai multe obiecte și poate să se joace cu ele, să le exploreze și să întreprindă diverse acțiuni. Copiii mici sunt fascinați de obiectele casnice – de vesela și cutiile de diferite dimensiuni, forme și din diferite materiale, de borcane – există posibilități nenumărate de folosire a acestor obiecte. Copiii au nevoie de materiale care le-ar permite să exploreze și să experimenteze – orice obiecte sunt potrivite, inclusiv cele confecționate din materiale reciclabile și deșeuri. Există diferite modalități creative de a folosi obiectele casnice. Principala regulă la alegerea obiectelor pentru joc este ca folosirea lor să corespundă nivelului abilităților copiilor. La fiecare etapă de dezvoltare copilul trebuie să fie încurajat să folosească abilități și capacități noi.



ACTIVITATE

Joacă

O altă modalitate de încurajare a jocului este recunoașterea posibilităților pentru joacă și distracție.

Rugați fiecare părinte să aleagă câte o cartelă din cele două grupuri: „activitate” și „joacă”. Oferiți-le câteva minute pentru ca să găsească o modalitate de transformare a activității în joacă, folosind tipul de joacă indicat pe cartelă.

Cartele „tipuri de jocuri”: poezioare, cântece, marionete, confecționarea cărților, activități motorii fine, jucării, dansul, cântece, jocuri cu degete, cititul cărților.

Cartele: „tipuri de activități”: îmbrăcatul, gătitul, scăldatul, statul în rând, plimbatul, strânsul jucăriilor, așteptarea la stație, pregătirea pentru plimbare, mâncatul, culcarea.

Invitați părinții să comunice în grup soluțiile și ideile apărute. Încurajați și apreciați imaginația și creativitatea.

Rugați participanții să povestească ce fac pentru a-și încuraja copiii să se joace și să învețe. Este posibil ca părinții să nu înțeleagă că unele dintre acțiunile lor încurajează în mod firesc copilul să se joace și să învețe:

- Cânteccele „de îmbrăcare”.
- Numărarea lingurilor, furculițelor și cuțitelor pentru cină.
- Sortarea obiectelor casnice după culoare sau dimensiune.
- Stabilirea sarcinilor distractive (de exemplu, ca copilul să sară într-un picior de acasă până la stația de autobuz).

Amintiți-le părinților că, în cea mai mare parte, preșcolarii învață zilnic jucându-se.

Pot și părinții să se joace?

Ajutați-l pe copil să învețe prin joc

Dumneavoastră determinați cu ce obiecte, cu ce colegi de joc și cum anume se va juca copilul dvs. Părinții pot face multe pentru a încuraja copilul să se joace, cuvântul-cheie fiind „a încuraja”. În calitate de părinte, trebuie să creați posibilități – materiale, medii, exemple și încurajare – pentru ca copilul să se joace cu plăcere și într-un mod productiv, iar apoi să-i permiteți să exploreze, să descopere și să creeze nestingherit. Dacă veți demonstra soluțiile corecte și veți oferi răspunsurile corecte, aceasta îi va limita posibilitățile de a învăța, iar dvs. ar trebui să încurajați copilul să atingă obiective tot mai complicate. Nu uitați că în timpul jocurilor cu copilul este important ca el să dețină controlul.



DISCUȚII ÎN GRUP

Rugați-i pe părinți să vină cu sugestii privind modul în care ar putea să participe la jocul copilului. Faceți un sumar succint al discuției și propuneți-le câteva modalități pentru a îmbogăți experiența copilului și pentru a participa la jocurile lui. La sfârșitul discuției împărțiți-le participanților materialul suplimentar

„Ajutați-l pe copil să învețe prin joc.”

- **Oferiți ajutor fizic.** Copilul este foarte mic și incapabil să facă multe lucruri. Adeseori el are un anumit plan, dar este iritat de incapacitatea sa fizică de a-l realiza. Oferiți-i șansa de a folosi puterea, capacitatea de coordonare și înălțimea dvs., dar lăsați-l să descopere de sine stătător soluțiile.
- **Oferiți parteneriate.** În unele jocuri sunt necesari parteneri. Copilul nu se poate juca de-a prinsa dacă nimeni nu fuge după el. Copilul nu poate să rostogolească și să prindă mingea dacă nu are un partener de joc.
- **Oferiți sugestii.** Copilul va accepta cu plăcere sugestiile dvs., dacă le veți formula cu grijă și le veți oferi la momentul potrivit. Dacă copilul se joacă în nisip, puteți să îi propuneți să zidiți un castel. Copilul poate accepta sau respinge propunerea dvs., dar nu încercați să-l convingeți să renunțe la planul său.
- **Ajutați-l să se concentreze.** Copilului îi poate fi dificil să se concentreze asupra sarcinilor complicate, în special dacă trebuie să stea pe loc mai mult timp. Dacă veți ședea lângă el, veți vorbi cu el, îl veți susține și îl veți încuraja, copilul va fi în stare să se concentreze pentru mai mult timp. Finisarea unei sarcini complicate, din propria inițiativă, sporește considerabil încrederea și respectul de sine al copilului.
- **Ajutați-l să împartă jucăriile cu alți copii.** Copiilor le este adeseori foarte greu să se despartă de obiectele preferate. Copiii pot fi prea mici pentru a respecta regulile de bună purtare, pentru a se juca pe rând cu jucăriile, pentru a-i trata frumos pe oaspeți. Ajutați-l pe copil și pe colegii lui de joc să se învețe să împartă jucăriile cu alții, oferindu-le materiale similare și permițându-le să facă ce vor, fără a interveni.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Împărțiți-le participanților materialul suplimentar „*Jocurile și învățarea în orice condiții*”. Oferiți-le o săptămână la dispoziție pentru a se gândi la modalități creative de utilizare a obiectelor casnice. Rugați-i să prezinte lista de idei în cadrul ședinței următoare.

SUMAR

- Scopul jocului este distracția. Rezultatul jocului este dezvoltarea fizică, socială, emoțională și intelectuală.
- Încurajați toate tipurile de joacă: fizică și verbală, solitară sau în grup, liniștită și zgomotoasă, cu elemente de manipulare, de imitație etc.
- Joaca este importantă. Părinții trebuie să le ofere copiilor mult timp nestructurat pentru ca ei să se joace, folosindu-și imaginația, jucării și materiale potrivite, un loc de joacă sigur.
- Joaca fără scop le ajută copiilor să exploreze și să înțeleagă rolurile jucate de adulți. De exemplu, prin înscenare copiii își explică lucrurile care nu le sunt clare.
- Părinții contribuie la dezvoltarea copiilor prin participarea la joacă, respectând ideile și interesele copilului în timpul jocului. Încercați să transformați activitățile de rutină în jocuri distractive.

Materialul suplimentar

Pur și simplu, ne jucăm?

Dacă credeți că copilul nu învață nimic din joacă, atrageți atenția la lucrurile descrise mai jos. V-ar putea mira cât de mult “muncește”, jucându-se – și învățând – cât e ziua de lungă.

Observați copilul în timp ce se joacă. Atrageți atenția la următoarele:

Soluționarea problemelor

- Potrivirea pieselor din puzzle sau alte jocuri.
- Construirea.
- Elaborarea unui sistem de împărțășire.
- Descoperirea cum pot fi ajustate hainele străine.
- Descurcarea nodurilor.

Abilitățile sociale

- Vorbirea pe rând.
- Elaborarea unui sistem de împărțășire.
- Discutarea cu alte persoane despre obiectele din jur.
- Jocul în comun cu alte persoane.

- Soluționarea de sine stătător a conflictelor.
- Cooperarea în timpul jocului.

Idei creative

- Folosirea unui obiect pe post de altul. De exemplu, transformarea hambarului în gară de trenuri sau a unei cratițe în tobă.
- Vopsirea, colorarea – folosirea culorilor și liniilor, amestecarea culorilor.
- Construirea cocioabelor din pături și perne.
- Folosirea obiectelor casnice pentru joacă – cutii goale, linguri, cratițe, taburete etc. (de exemplu, folosirea capacelor de la sticlele de plastic în calitate de farfurii pentru păpuși).

Fantezia și imaginația

- Imitarea scenelor casnice.
- Înscenarea situațiilor dificile și soluționarea lor.
- Alcătuirea povestioarelor, jocurilor, poeziilor.
- Călătoriile imaginare.
- Înscenarea povestirilor/poveștilor.
- Cooperarea cu alți copii.

Sentimentele

- Împărtășirea propriilor sentimente unui copil sau adult.
- Recunoașterea sentimentelor altor persoane („Ea este tristă pentru că mămica ei a plecat”).
- Înscenarea situațiilor de impunere a disciplinei. De exemplu, oferirea timpului liber păpușii.
- Mângâierea altor copii, adulților sau jucăriilor.
- Îngrijirea jucăriilor sau animalelor de casă – hrănirea, îmbrăcarea, mângâierea, iubirea, disciplinarea lor.

Cunoștințele și conceptele

- Folosirea cănițelor de plastic de diferite dimensiuni sau a altor obiecte pentru a înțelege conceptele de dimensiune, volum etc. în timpul jocului în apă sau nisip.
- Memorizarea cazurilor când au eșuat încercările anterioare.
- Învățarea pe de rost a cântecelor, poeziilor, poveștilor.
- Recunoașterea locurilor în care a mai fost și indicarea direcției de mișcare.

Insistența

- Continuarea activității chiar și în cazul eșecului repetat (de exemplu, încercarea de a construi un turn sau de a termina de strâns un puzzle).
- Repetarea încercării în ziua următoare.
- Finisarea proiectului început mai înainte.
- Repetarea încercărilor până însușește abilitatea – săritul peste coardă, mersul pe roțile, mersul pe bicicletă etc.

Materialul suplimentar

Ce obiecte sunt potrivite pentru joc?

V-ați pus vreodată întrebarea ce obiecte poate folosi copilul în timpul jocului? Cum pot materialele potrivite pentru vârsta copilului stimula creșterea și dezvoltarea sa? Materialele de joc și învățare potrivite au următoarele caracteristici comune:

- Nu se strică ușor și nu au multe părți componente. Obiectele care se strică ușor îi pot face pe copii să se simtă neîndemânatici, vinovați și iresponsabili.
- Pot fi folosite în mai multe feluri. Astfel de materiale ca argila de modelat, plastilina, pastelurile, seturile de construcții, cuburile și păpușile oferă diverse posibilități și pot fi folosite în mod variat.
- Pot fi dezasamblate și asamblate în diferite moduri.
- Se ține cont de etapa de dezvoltare și de vârstă – vârsta potrivită este indicată pe ambalajul jucăriilor.
- Sunt sigure, nu au elemente mici care pot fi înghițite, sunt non-toxice și neinflamabile, pot fi spălate. Nu au muchii ascuțite.
- Încurajează copiii să manifeste grijă și să-și exprime sentimentele față de păpuși, în timpul jocurilor de imaginație și în timp ce spun povești.
- Le ajută copiilor să joace diferite roluri. În timpul jocului ei folosesc costume, obiecte casnice, ustensile și instrumente nepericuloase.



Materialul suplimentar

Materiale de joc pentru copilul de 1-3 ani

Când copilul	Ce îi place	De ce are nevoie de aceste activități
Merge de sine stătător.	Jucăriile pe care să poată să șadă sau pe care să poată să le călărească, jucăriile pe care să poată să le împingă și să le tragă după sine, jucăriile care se leagănă, mingile mari, camioanele sau roabele.	Pentru a dezvolta mușchii picioarelor și a îmbunătăți echilibrul. Pentru a descoperi plăcerea vitezei și mișcării.
Încetează să pună totul în gură.	Nisipul, apa, argila de modelat, vopseaua de desenat cu mâinile, coloranții.	Pentru a descoperi, recunoaște și admira texturile, culorile și formele. Pentru a-i ajuta să-și exprime ideile.
Poate apuca obiecte mici și le poate trece dintr-o mână în cealaltă.	Jocurile de puzzle simple, jocurile de sortare a formelor geometrice. Cuburile mari, blocurile care trebuie îmbinate, plăcile cu cuie, jucăriile modulare de tip „matrioșca”, mărgelile de lemn mari/sforile.	Pentru a încuraja gândirea independentă și soluționarea problemelor. Pentru a-i ajuta să recunoască culorile și formele geometrice. Pentru a-i ajuta să se învețe să coordoneze mișcările mâinilor și privirea.

Începe să copieze și să imite acțiunile altor persoane.	Pălăriile și elementele simple pentru costumații, obiectele casnice reale sau imaginare, păpușile și animalele de pluș, mașinile-jucărie, căsuțele pentru păpuși, marionetele. Cărțile despre oameni.	Pentru a-i dezvolta imaginația și abilitățile sociale. Pentru a-i ajuta să se adapteze și să crească cu ajutorul descoperirilor și jocurilor de imaginație.
---	---	---

Materialul suplimentar

Materiale de joc pentru copilul de 3-5 ani

Când copilul	Ce îi place	De ce are nevoie de aceste activități
Iubește jocurile cu roluri.	Păpușile și căsuțele pentru păpuși, trenurile sau automobilele, animalele domestice, cutiile și ambalajele goale, obiectele de bucătărie, costumele, obiectele casnice, marionetele. Cărțile despre alte persoane, sentimente și culturi diferite. Recuzita mai sofisticată pentru jocurile de imaginație.	Pentru a-i dezvolta imaginația și a-i ajuta să-și dezvolte capacitățile de construire și organizare. Pentru a-i ajuta să se învețe să aibă grijă de lucrurile care îi aparțin, încurajându-l să colecționeze diferite obiecte.
Poate folosi ușor jucăriile pe care să șadă sau pe care să le călărească, mușchii picioarelor sunt bine dezvoltați.	Bicicleta cu pedale sau alt vehicul, scrânciobul din anvelopă, pufurile, mingile de plastic, corzile.	Pentru a-i dezvolta echilibrul și coordonarea mișcărilor.
Poate recunoaște formele geometrice și culorile; poate ține în mână peria sau pastelul.	Jocurile de puzzle mai complicate, obiectele mici pentru sortare. Jocurile de îmbinare și memorizare, cărțile cu imagini și texte, materialele pentru desenat, colorat, tăiat și lipit, cuburile, măgelele și sforile. Materialele pentru artele plastice – bucățile de burete, pietrele, bețele, penele, bucățile de lemn.	Pentru a încuraja creativitatea, imaginația și concentrarea. Pentru a dezvolta memoria și procesele de gândire. Pentru a se relaxa.
Recunoaște cântecele și poeziile.	Instrumentele muzicale, fluierile, clopoțelele, magnetofonele, înregistrările audio ale poveștilor și pieselor muzicale.	Pentru a-i dezvolta simțul ritmului și pentru a-i atrage atenția asupra diverselor sunete, melodii și cântece.

Materialul suplimentar

Jocurile și învățarea în orice condiții

Gândiți-vă cum ați putea să-l ajutați pe copil să învețe lucruri noi în fiecare zi. Notați răspunsurile în tabelul de mai jos. În cazul copiilor mici începeți cu idei simple. Pe măsură ce copilul îndeplinește sarcinile propuse puteți să încercați să faceți sarcina mai complexă. Examinați fiecare încăpere și încercați să identificați toate obiectele care ar putea încuraja învățarea. În ce mod pot fi încurajate procesele de gândire? Gândiți-vă la experiențele care ajută la dezvoltarea abilităților de ascultare, memorizare, socotire și sortare. Cum își pot folosi copiii simțurile (mirosul, auzul, gustul și simțul tactil) pentru a învăța? Nu uitați că este important ca locuința dvs. să fie un loc sigur pentru copilul setos de aventuri.



Ce puteți face?		
Unde vă aflați?	1-3 ani	3-5 ani
Lângă mașina de spălat		
În bucatărie		
În baie		
În dormitor		
În camera de zi		
Afară		

Materialul suplimentar

Ajutați-l pe copil să învețe prin joc

Dumneavoastră determinați cu ce obiecte, cu ce colegi de joc și cum anume se va juca copilul dvs. Părinții pot face multe pentru a încuraja copilul să se joace, cuvântul-cheie fiind „a încuraja”. În calitate de părinte, trebuie să creați posibilități – materiale, medii, exemple și încurajare – pentru ca copilul să se joace cu plăcere și într-un mod productiv, iar apoi să-i permiteți să exploreze, să descopere și să creeze nestingherit. Dacă veți demonstra soluțiile

corecte și veți oferi răspunsurile corecte, aceasta îi va limita posibilitățile de a învăța, iar dvs. ar trebui să încurajați copilul să atingă obiective tot mai complicate. Nu uitați că în timpul jocurilor cu copilul este important ca el să dețină controlul.

- *Oferiți ajutor fizic.*

Copilul este foarte mic și incapabil să facă multe lucruri. Adeseori el are un anumit plan, dar este iritat de incapacitatea sa fizică de a-l realiza. Oferiți-i șansa de a folosi puterea, capacitatea de coordonare și înălțimea dvs., dar lăsați-l să descopere de sine stătător soluțiile.

- *Oferiți parteneriate.*

În unele jocuri sunt necesari parteneri. Copilul nu se poate juca de-a prinsa dacă nimeni nu fuge după el. Copilul nu poate să rostogolească și să prindă mingea dacă nu are un partener de joc.

- *Oferiți sugestii.*

Copilul va accepta cu plăcere sugestiile dvs., dacă le veți formula cu grijă și le veți oferi la momentul potrivit. Dacă copilul se joacă în nisip, puteți să îi propuneți să zidiți un castel. Copilul poate accepta sau respinge propunerea dvs., dar nu încercați să-l convingeți să renunțe la planul său.

- *Ajutați-l să se concentreze.*

Copilului îi poate fi dificil să se concentreze asupra sarcinilor complicate, în special dacă trebuie să stea pe loc mai mult timp. Dacă veți ședea lângă el, veți vorbi cu el, îl veți susține și îl veți încuraja, copilul va fi în stare să se concentreze pentru mai mult timp. Finisarea unei sarcini complicate, din propria inițiativă, sporește considerabil încrederea și respectul de sine al copilului.

- *Ajutați-l să împartă jucăriile cu alți copii.*

Copiiilor le este adeseori foarte greu să se despartă de obiectele preferate. Copiii pot fi prea mici pentru a respecta regulile de bună purtare, pentru a se juca pe rând cu jucăriile, pentru a-i trata frumos pe oaspeți. Ajutați-l pe copil și pe colegii lui de joc să se învețe să împartă jucăriile cu alții, oferindu-le materiale similare și permițându-le să facă ce vor, fără a interveni.



Securitatea copilului



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor înțelege factorii care sunt legați de leziunile copiilor.
- Vor crea o listă de resurse a comunității.
- Vor identifica riscurile pentru copii în casă și în aer liber.
- Vor învăța cum să mențină mediul în siguranță.

afara căminului părintesc, trebuie să fiți în stare să priviți lumea din perspectiva lui. Asigurarea securității copilului este o muncă grea și o responsabilitate majoră. Leziunile neintenționate sunt principala cauză de deces pentru categoria de copii până la cinci ani. Până nu demult aceste leziuni erau numite „accidente”, căci păreau inevitabile și imprevizibile. Acum știm că ele nu sunt întâmplătoare. Mai mult ca atât, cauzele leziunilor neintenționate pot fi clasificate. Când începem să înțelegem tipurile de greșeli frecvente, putem să luăm măsurile necesare pentru a încerca să prevenim majoritatea leziunilor.

În cadrul acestei ședințe participanții vor explora ce cunosc despre securitatea copilului în casă și în aer liber.

De ce copiii se rănesc

Când examinăm leziunile neintenționate ale copiilor, este important să ținem cont de trei categorii de factori – cei legați de copil, cei legați de obiectul care a cauzat leziunea și cei legați de mediul în care copilul se poate răni. Este important ca părinții să ia în considerație toate categoriile de factori.

Îngrijirea și supravegherea copilului necesită eforturi diferite, în funcție de vârsta acestuia. La fiecare etapă de dezvoltare a copilului dvs. trebuie să determinați factorii de risc și căile de eliminare a acestora. De exemplu, pe măsură ce copilul dvs. crește și se dezvoltă, trebuie să vă puneți următoarele întrebări: Cât de repede și cât de departe este în stare să se deplaseze? Cât de sus poate să ajungă? Ce obiecte îi atrag atenția? Ce poate face copilul astăzi, dar nu putea face ieri?

La vârsta de 6-18 luni, copiii pot să nu înțeleagă întotdeauna sensul cuvântului „nu”, rostit de dvs. Chiar și atunci când îi repetați de zeci de ori să nu se apropie de robinet, copilul o face de câte ori are ocazia. La această vârstă, memoria copilului nu este suficient de dezvoltată pentru ca el să-și amintească de avertismentul dvs. El este atras de obiectul interzis de fiecare dată când îl vede. Copilul testează în repetate rânduri lumea înconjurătoare, aceasta fiind o modalitate firească de a învăța, specifică pentru vârsta respectivă.

O altă categorie supusă riscului sunt copiii de doi ani, ale căror abilități fizice depășesc capacitatea lor de a înțelege rezultatul propriilor acțiuni. Instinctul de autoapărare al copilului nu este suficient de dezvoltat pentru ca el să renunțe la explorarea obiectelor care i-ar stârni interesul. Chiar și obiectele pe care nu le poate vedea – din dulapul de sub chiuvetă sau dulapul cu medicamente din baie – îi par atractive. Copilul va încerca să atingă și chiar să „guste” aceste obiecte interzise.

Uneori, copiii mici imită comportamentul adulților. Deși abilitățile de motricitate sunt bine dezvoltate, ei încă nu înțeleg pe deplin legătura dintre cauză și efect. De exemplu, copilul poate să înțeleagă că fierul de călcat va cădea peste el și îl va răni, dacă va fi tras de cablu în jos, numai după ce va simți efectul acțiunilor pe propria piele. Pe de altă parte, copilul nu va reuși să anticipeze consecințe similare în alte cazuri.

Treptat, la vârsta de 2-4 ani, copiii încep să înțeleagă mai bine ce se întâmplă cu ei. Deși, cu timpul, aceste cunoștințe le vor ajuta să evite situațiile periculoase, ei rămân, totuși, axați pe evenimentele imediate, care au loc în fața ochilor lor. Copilul de trei ani, a cărui minge s-a rostogolit pe carosabil, se gândește numai la faptul că trebuie să o recupereze, nu și la riscul cauzat de trafic.

Comportamentul copilului dvs. se bazează, în mare măsură, pe așa-numita „gândire magică”. Copiii se comportă astfel de parcă dorințele și așteptările lor dețin controlul asupra realității. Egocentrismul și „gândirea magică” sunt absolut firești la această vârstă. Pe de altă parte, aceasta înseamnă că părinții trebuie să fie și mai vigilenți la etapa „gândirii magice”.

Un alt factor care trebuie luat în considerație este temperamentul copilului dvs. Copiii extrem de activi și curioși suferă mai multe accidente. Uneori, copiii sunt încăpățânați, se irită ușor și nu sunt capabili să se concentreze. Fiți cât se poate de atenți în astfel de perioade, căci anume atunci copiii încearcă să pună la îndoială justetea regulilor de securitate.

O altă cauză a accidentelor, pe lângă comportamentul copilului, este și stresul părinților. Factorii de mai jos adeseori cauzează leziuni neintenționate:

- Dvs. și/sau copilul dvs. sunteți flămânzi, obosiți sau nu vă simțiți bine.
- Relațiile dintre adulții din familie sunt tensionate și pline de nefericire.
- Dvs. și copilul dvs. vă aflați într-un loc necunoscut.

- Vă grăbiți.
- Alți membri ai familiei se simt rău sau sunt în centrul atenției din altă cauză.
- Dvs. supraestimați capacitatea copilului de a evita riscurile.
- De copilul dvs. are grijă o persoană necunoscută sau fratele/sora mai mare, care este prea mic(ă) pentru a-și asuma responsabilitatea pentru securitatea copilului.
- Dvs. vă faceți în permanență griji referitor la securitatea copilului dvs., iar copilul se simte neadecvat din această cauză.
- Unul sau mai mulți membri ai familiei consumă droguri sau alcool.

Disponând de informație cu privire la factorii de stres, veți fi vigilenți în perioadele care pot aduce mai multe riscuri și veți putea lua măsuri pentru ca copilul dvs. să fie în siguranță:

- Ați putea să asigurați securitatea copilului dvs., stabilind reguli de securitate și insistând consecvent asupra respectării lor.
- Explicați-i copilului care sunt motivele stabilirii regulii, dar nu vă mirați dacă copilul nu este convins de ele.
- Repetați regula de fiecare dată când copilul încearcă să o încalce. Astfel, copilul va înțelege că acțiunile periculoase sunt inacceptabile în orice condiții.

Copilul va avea nevoie de multă exersare și multe repetări pentru ca să însușească regulile. Veți avea nevoie de multă răbdare.



ACTIVITATE

Activitate în perechi

Copiii mici se confruntă cu multe lucruri/obiecte. Unele sunt sigure și distractive pentru a fi explorate, în timp ce altele pot fi periculoase. Copiii mici sunt curioși, activi și dornici de a explora și de a afla cum funcționează lucrurile. Scopul acestui exercițiu este de a-i ajuta pe părinți să se gândească la modalitățile în care pot promova curiozitatea copiilor lor, fiind în același timp încrezuți de siguranța lor.

Rugați participanții să lucreze în perechi și:

- să împărtășească un exemplu când copilul lor s-a confruntat cu un obiect periculos;
- să privească experiența din perspectiva copilului. Rugați-i să spună, cum cred: de ce copilul a găsit un anumit obiect sau o situație atât de atrăgător/atrăgătoare? Rugați-i pe părinți să se gândească ce i-ar putea trezi curiozitatea copilului și ce ar învăța. Rugați-i să vă spună cu cuvintele copiilor. De exemplu: „Îmi plac lucrurile care sunt ascunse. Am să deschid ușa pentru a vedea ce este înăuntru”.
- Să se gândească la modalitățile acceptabile și sigure în care copilul poate avea o experiență similară.

Ca urmare a discuțiilor în perechi, participanții vor lucra în grupuri mici și vor face schimb de experiențe și își vor împărtăși ideile.

În urma acestei discuții, facilitatorii vor face un rezumat succint al comentariilor:

- Copilul se confruntă cu multe obiecte periculoase. El trebuie supravegheat în permanență.

- Încercați să creați în casă un spațiu pe care copilul l-ar putea explora liber. Astfel, nu veți fi nevoiți să spuneți mereu „Nu ai voie”.
- Gândiți-vă de ce copilul este interesat de un anumit obiect sau situație. Acest lucru vă va ajuta să găsiți o cale mai sigură pentru a satisface curiozitatea copilului.
- Nu uitați că copiii mici sunt niște mici exploratori. Ei adoră să exploreze și să afle cum funcționează lucrurile.



ACTIVITATE

Crearea listei de resurse locale

Rugați participanții să identifice toate resursele utile din comunitatea lor, cum ar fi centrul medical din localitate, secția de poliție etc. Faceți o listă a tuturor resurselor, multiplicați-o și împărțiți-o părinților. Lăsați spațiu în partea de jos a listei, astfel încât părinții să ofere sugestii suplimentare: persoane de contact, numere de telefon.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Planul de asigurare a securității în familie

Împărțiți-le participanților materialul suplimentar „*Planul de asigurare a securității în familie*”. Rugați participanții să facă o listă cu obiectele care pot fi periculoase pentru copil și ce măsuri de securitate ar trebui să întreprindă. De asemenea, pentru a-i ajuta să realizeze această activitate, împărțiți-le participanților materialul suplimentar „*Sfaturi pentru securitatea copiilor mici*”.



DISCUȚII ÎN GRUP

Activitate de aprofundare: Eliminarea riscurilor în casă și în aer liber

În cadrul ședinței următoare, rugați participanții să prezinte tuturor listele alcătuite. Amintiți-le părinților că aceste liste se vor schimba pe măsură ce copilul va crește. Este un moment potrivit pentru a le împărți participanților materialul suplimentar „*Micii exploratori: eliminarea riscurilor în casă și în aer liber*”.



Materialul suplimentar

Planul de asigurare a securității în familie

Ținând cont de aceste sfaturi, treceți pe rând prin toate camerele casei dvs. și în jurul casei, identificând acele obiecte care pot fi periculoase pentru copilul dvs. Chiar ați putea să vă așezați în genunchi pentru a vedea lumea din perspectiva copilului. Alcătuiți o listă cu modificările pe care le-ați făcut pentru a transforma casa dvs. într-un mediu mai sigur și mai confortabil pentru dvs., precum și pentru copilul dvs. dornic de aventuri.

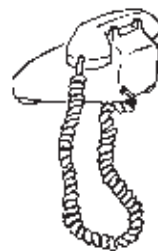
<i>Securitatea acasă</i>	
Pericole identificate	Măsuri de securitate



<i>Securitatea în aer liber</i>	
Pericole identificate	Măsuri de securitate

Nu uitați: copilul dvs. se schimbă în permanență. Strategiile care îl feresc cu succes de pericole la vârsta de un an pot deveni insuficiente pe măsură ce copilul crește, prinde la puteri și devine mai încrezător. Este important să revizuiți destul de des tabieturile din familie și încăperile pentru a vă asigura că măsurile luate de dvs. sunt potrivite pentru vârsta copilului.

Numere de telefon necesare în caz de urgență



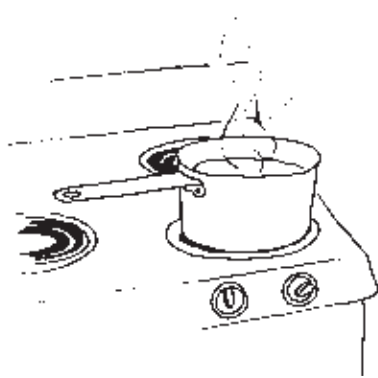
Materialul suplimentar

Planul de asigurare a securității în familie

- **Nu lăsați copilul singur.** Copilul nu trebuie să rămână singur în automobil, acasă sau în apropierea apei.
- **Nu mișcați brusc și nu scuturați copilul.** Copiii pot fi răniți ușor. Mișcările bruște pot cauza lezări la nivelul gâtului și capului.
- **Nu lăsați obiecte ascuțite la îndemâna copilului.** Copiii nu trebuie să aibă acces la foarfece, lame de ras, creioane, cuiere, cuțite etc.

- **Fiți atent când gătiți.**

Încercați să nu lăsați copilul în bucătărie în timp ce gătiți. Izolați-l într-un loc sigur, de unde vă poate vedea și auzi. Întoarceți mânerul tigăilor către centrul plitei de gătit.



- **Nu lăsați obiecte mici**

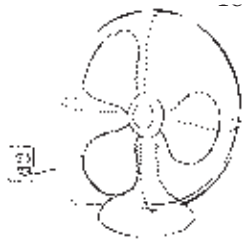
la îndemâna copilului. Verificați dacă nu ați lăsat la vedere astfel de obiecte ca sfuri, baloane, benzi de cauciuc, monede, pastile, pietricele sau alte obiecte similare, pe care le poate înghiți copilul.

- **Nu lăsați cabluri la îndemâna copilului.**

Firele de telefon, cablurile de la uscătoare de păr, draperii etc. pot prezenta risc pentru copii.

- **Verificați dacă jucăriile sunt sigure.**

Asigurați-vă că jucăriile copilului nu au muchii ascuțite, elemente mărunte sau elemente rupte.



- **Nu lăsați dulapurile deschise.**

Pentru ca copilul să nu poată pătrunde în dulapurile din baie sau bucătărie, ele trebuie să fie încuiate cu lacăte speciale.

- **Ascundeți sau aruncați pungile din plastic.**

Copilul dvs. poate să se sufocă dacă înghite bucăți de polietilenă sau dacă acoperă cu punga nasul și gura. Nu lăsați pungile la îndemâna copilului.

- **Nu țineți copilul în brațe când fumați sau mâncați bucate fierbinți.**

Copilul ar putea să se frigă dacă pe el va cădea scrum sau se va prelinge lichid fierbinte.

- **Eliminați plantele.**

Multe plante de casă și de curte sunt otrăvitoare.

- **Evitați încălzitoare electrice.**

Copiii își frig adeseori degetele, atingându-se de în-

călzitoare. De asemenea, încălzitoare pot deveni cauza incendiului. Încercați să evitați contactul hârtiei, pânzei și altor materiale inflamabile cu încălzitorul.

- **Pătuțul copilului trebuie să fie o zonă lipsită de risc.**

Distanța dintre barele pătuțului nu trebuie să depășească trei degete. Salteaua trebuie să aibă dimensiunea potrivită, ca să nu fie spații libere între saltea și pereții pătuțului. Copiii se pot răni, căzând de pe patul adulților. Nu lăsați copilul singur, culcat pe pat. Este preferabil să-l culcați pe o saltea întinsă pe podea.

- **Folosiți cu atenție ventilatoarele electrice.**

Copilul poate băga degetele printre gratiile ventilatorului. De asemenea, copiii le place să bage în ventilatorul inclus diferite obiecte.

- **Verificați temperatura obiectelor care intră în contact cu pielea copilului.**

Verificați temperatura apei în cadă și a bucatelor. Copiii au o piele foarte sensibilă.

- **Blocați accesul la scări.**

Copiii adoră să se plimbe. Blocați scările cu porți sigure pe care copilul nu poate să le miște din loc.

- **Fiți atenți cu focul.**

Nu lăsați la îndemâna copilului chibriturile, brichetele, țigările, lumânările aprinse și alte obiecte ce pot cauza incendii. Elaborați un plan de securitate antiincendiară pentru familia dumneavoastră.

- **Folosiți echipament sigur pentru copii.**

Scăunele pentru bucătărie și pentru automobil au benzi protectoare. Căruțul

copilului cu pereții din plasă de ață care se rupe ușor nu trebuie folosit. Distanța dintre grătile căruțului cu grății de lemn nu trebuie să depășească trei degete.

- **Nu lăsați substanțe otrăvitoare și medicamente la îndemâna copilului.** Copilul nu trebuie să aibă acces la soluțiile de curățat, otrăvurile pentru rozătoare, insecticide, vopsea, vitamine, benzină și produ-

sele cosmetice. Ascundeți de copil toate medicamentele și băuturile alcoolice.

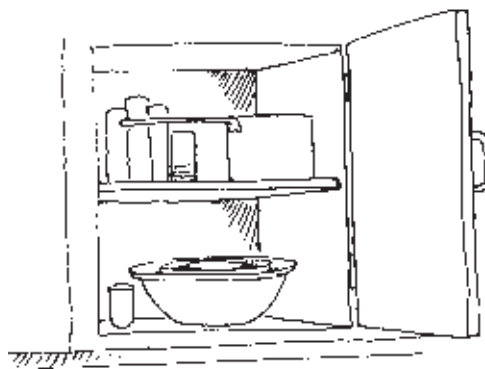
- **Nu lăsați copilul singur în apropierea apei.** Lăsați apa să se scurgă din cadă imediat după ce copilul sau dvs. ați făcut baie. Izolați copilul de alte surse de apă, cum ar fi veceul, căldările cu apă și bazinele gonflabile pentru copii. Copiii se pot îneca chiar și în apa cu adâncimea de trei centimetri.

Micii exploratori:

Eliminarea riscurilor în casă și în aer liber

Sugestii generale

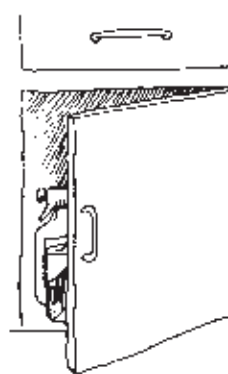
- Nu lăsați la îndemâna copilului nasturi, monede, mărgelile și alte obiecte mici, pe care el ar putea să le înghită.
- Cablurile electrice trebuie bine izolate.
- Strângeți ghem cablurile prea lungi și ascundeți-le de copil.
- Acoperiți toate prizele libere cu capace speciale.
- Scurtați sforile de la ferestre și folosiți ciucuri speciali, astfel încât copilul să nu poată să se încurce în sforile prea lungi.
- Încuiați ușile camerelor și dulapurilor în care este interzis accesul copilului fără supravegherea adulților.
- Instalați la toate geamurile dispozitive de blocare, în special dacă locuiți la etaj. Folosiți plase de siguranță pentru ca copilul să nu cadă de la balcon, de pe podeaua în mai multe nivele sau de pe palier.
- Nu aduceți jucării, în special jucării cu roți, pe scări, în bucătărie, lângă cămin sau lângă încălzitor. Asigurați-vă că roțile jucăriilor de acest tip sunt fixate pe o bază solidă, pentru a preveni răsturnarea lor, de asemenea, verificați dacă jucăriile nu au piese care ar putea să se desprindă sau să fie dezasamblate.
- Nu-i permiteți copilului să se joace cu pungi de plastic, baloane sau alte obiecte care l-ar putea sufoca.
- Verificați dacă aveți în casă piese de mobilier cu muchii ascuțite de care s-ar putea lovi copilul dvs. Dacă este posibil, deplasați mobilierul pentru ca el să nu stea în calea copilului.
- Alcoolul este foarte periculos pentru copiii mici. Păstrați toate băuturile alcoolice într-un dulap cu lacăt. Nu uitați să vărsați cât mai repede alcoolul neconsumat rămas în pahare.



! Nu uitați să lipiți în apropierea aparatului de telefon lista cu toate numerele de telefon utile, inclusiv cu numărul de telefon al spitalului de urgență.

Securitatea la bucătărie

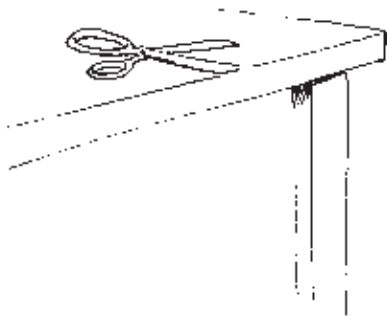
- Păstrați substanțele de curățat toxice și periculoase într-un dulap cu lacăt, situat cât mai sus. Nu uitați că copilul ar putea să încerce să ajungă la aceste substanțe, urcându-se pe scaun.
- Încuiați toate dulapurile și sertarele în care se află obiecte periculoase (cuțite, foarfece) sau orice alte obiecte care nu sunt potrivite pentru copii.
- Întoarceți tigăile cu mânerul înspre centrul plitei de gătit în timp ce faceți mâncare.
- Permiteți-i copilului să deschidă un dulap la care poate ajunge cu ușurință. Păstrați în el numai obiecte pe care copilul poate să le scoată și cu care poate să se joace.
- Începeți să-l învățați pe copilul dvs. să evite zonele periculoase, de exemplu, plita fierbinte. Ar putea să fie necesar să demonstrați prin acțiuni în ce constă pericolul.



Securitatea pe scări și coridoare

- Puneți garduri protectoare pe palier.
- Nu păstrați pe coridor – în special, dacă este îngust – grămezi de obiecte de care copilul s-ar putea împiedica.
- Prindeți covoarele de dușumea cu cuie speciale.

Securitatea în camera de zi



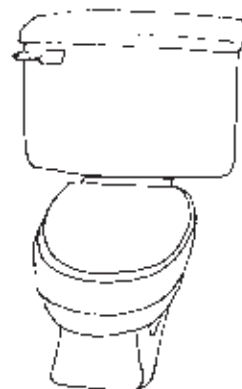
- Verificați dacă dulapurile cu cărți nu se clatină. Toate obiectele de pe rafturile de jos nu trebuie să fie fragile și nu trebuie să prezinte riscuri pentru copil.
- Încuiați toate dulapurile care au lacăte.
- Renunțați la lămpile cu suport, care pot fi răsturnate cu ușurință de un copil curios.
- Aranjați mobila astfel, încât copilul să nu se poată urca de pe o piesă de mobilier pe alta, riscând să ajungă la o înălțime periculoasă sau pe o suprafață nesigură.

Securitatea în camera de baie

Cea mai simplă modalitate de evitare a accidentelor în camera de baie este transformarea ei într-un loc inaccesibil pentru copilul nesupravegheat. Asigurați-vă că lacătele de pe uși pot fi descuiate din ambele părți, pentru a putea deschide ușa în cazul în care copilul o va încuia neintenționat. Sugestiile de mai jos vă vor ajuta să preveniți accidentele în timpul aflării copilului dvs. în camera de baie.

- Nu lăsați copilul singur în cadă sau în baie în timp ce cada se umple cu apă. Copiii se pot îneca într-un volum mic de apă.

- Plasați la fundul căzii covorașe de material care previne lunecarea.
- Coborâți capacul veceului. Copiii curioși ar putea să-și piardă echilibrul și să cadă în el.
- Pentru a preveni arsurile, încălziți apa până la cel mult 48 de grade Celsius. Copilul ajuns la vârsta când poate să deschidă de sine stătător robinetul trebuie învățat că întotdeauna trebuie să pornească mai întâi apa rece.
- Păstrați medicamentele într-un dulap sau sertar încuiat, la care copilul nu poate ajunge.
- Nu lăsați medicamente pe noptiere sau pe masă.
- Administrați medicamentele, respectând cu strictețe prescripția medicului. Medicamentele pentru tratarea răcelii și reducerea febrei pot fi periculoase. Vitaminele nu sunt bomboane. Consumarea unor doze mari de fier poate fi fatală.
- Dacă păstrați în camera de baie aparate electrice, în special uscătoare de păr și aparate de bărbierit, scoateți-le din priză când nu le folosiți.



Sfaturi privind securitatea în aer liber

Securitatea pe terenul de joacă



Copiii adoră să se afle pe terenul de joacă. Totuși, și aici îi pasc diverse pericole. Riscul poate fi redus la minimum dacă îi veți învăța pe copii să respecte regulile de bază ale securității și vă veți asigura că echipamentul de pe terenul de joacă nu prezintă pericol. Iată câteva recomandări:

- Verificați dacă nu sunt factori de risc pe terenul de joacă.
- Remarcați dacă există muchii ascuțite, așchii și echipament deteriorat. Optați pentru terenurile cu suprafața acoperită cu rumeguș, iarbă etc.
- Verificați dacă scrâncioburile sunt confecționate din materiale flexibile. Așezați copilul la mijloc și insistați să se apuce de sforile sau lanțurile scrânciobului cu ambele mâini. Nu le permiteți copiilor să se dea câte doi în același scrânciob. Învățați copilul să nu meargă prin fața sau prin spatele scrânciobului când alt copil șade în el.
- Insistați ca copiii să urce pe tobogan folosind scara. Nu le permiteți să se lupte și să se împingă unul pe celălalt în timp ce urcă pe scară. Învățați copiii să coboare de pe tobogan imediat după ce au lunecat în jos.
- Nu le permiteți copiilor mai mici de patru ani să urce fără supraveghere pe echipamentul mai înalt decât ei.
- Copiii de 3-5 ani se pot da în balansoar numai împreună cu copii de aceeași vârstă și greutate. Copiii mai mici de trei ani nu se pot da în balansoar, căci încă nu dispun de abilitățile necesare de coordonare a mișcărilor brațelor și picioarelor.

Nu uitați că în automobil cel mai sigur loc pentru copilul dvs. este bancheta din spate. Copiii mici nu trebuie în nici un caz așezați pe bancheta din față a automobilelor cu airbag-uri. Folosiți în automobil scaunele speciale pentru copii.

Securitatea în curte

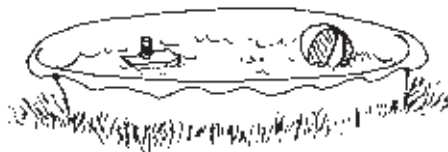
Iată câteva sugestii pentru asigurarea securității copilului în timp ce se află în curte:

- Învățați copilul să nu părăsească locul destinat pentru joacă.
- Verificați dacă în curte nu cresc plante periculoase. Plantele otrăvitoare sunt cea mai frecventă cauză de intoxicație în rândurile copiilor de vârstă preșcolară.
- Învățați copilul să nu culeagă și să nu mănânce nimic fără permisiunea dvs.
- Nu folosiți beschia electrică în prezența copilului. La utilizarea aparatului pot sări așchii cu o forță suficient de mare pentru a răni un copil.
- Când preparați mâncare în aer liber, îngrădiți grătarul astfel încât copilul să nu-l poată atinge și explicați-i că grătarul este tot atât de fierbinte ca și plita de gătit din casă.
- Copiii mici nu trebuie să treacă strada singuri sau să se joace în apropierea carosabilului.
- Învățați copilul că nu are voie să iasă pe carosabil pentru a-și recupera jucăriile.

Securitatea în apropierea apei

Apa este un factor de risc major pentru orice copil. Copiii mici se pot îneca chiar și într-un volum mic de apă, chiar dacă au fost învățați să înoate. Când copilul se află în apropierea apei, respectați următoarele reguli de securitate:

- Nu uitați că orice copil poate găsi apă în bazinele mici: lacuri piscicole, șanțuri, havuzuri, butoaie cu apă de ploaie. Copiii se simt atrași de astfel de locuri și trebuie să fie supravegheați în permanență, ca să nu cadă în apă.
- Copiii trebuie să fie supravegheați de adulți în timp ce înoată, chiar dacă se află în bazine speciale pentru copii.
- Lăsați apa să se scurgă din bazinele gonflabile și întoarceți-le cu fundul în sus imediat după ce nu mai aveți nevoie de ele.



Copilul și disciplina: O șansă de a învăța



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor înțelege necesitatea de a găsi modalitățile potrivite de disciplinare, ținând cont de vârsta copilului și de etapa de dezvoltare la care se află.
 - Vor învăța să facă diferență între disciplinare și pedeapsă.
 - Vor explora modalitățile potrivite de disciplinare și modalități de a influența comportamentul copilului.
 - Vor identifica modalitățile de a reacționa eficient la comportamentul inadecvat al copilului.
-

Disciplinarea constă în îndrumarea și învățarea copilului cum să-și mențină auto-controlul. Pentru a fi eficientă, această acțiune presupune stabilizarea echilibrului fragil dintre necesitatea de independență a copilului și necesitatea de impunere a unor limite. Reducând controlul extern, îi oferim copilului șansa să-și impună propriile norme de comportament, îi dăm de înțeles că avem încredere în el și în capacitățile sale. Astfel, copilul devine încrezător și își cultivă respectul de sine. Când copilul este satisfăcut de propria persoană și de relațiile cu cei care îl înconjoară, el este mult mai predispus să asculte și să învețe.

Introducere

În cadrul acestei ședințe părinții vor discuta probleme legate de valori și disciplină. Valorile sunt concepte abstracte despre ceea ce este bine, util sau dorit. Ele ne ajută să ne dezvoltăm simțul a ceea ce este bine și rău. Acestea sunt principiile și standardele care ne ghidează comportamentul. Disciplina este adesea considerată drept controlul asupra copilului sau pedeapsă pentru un comportament inadecvat. Totuși, disciplina poate fi definită ca modalitatea prin care părinții îi învață pe copii valori și modele de comportament pozitiv/adecvat. Părinții influențează comportamentul copiilor lor în multe moduri. Oferirea unui feedback pozitiv la comportamentul copiilor le va da de știre acestora cum părinții doresc ca ei să se comporte și să acționeze. Unii părinți constată că ignorarea unui comportament nepotrivit și acordarea atenției unui comportament adecvat ajută. Alții consideră că redirectionarea acțiunilor copilului de la ceea ce este interzis la ceea ce este permis previne comportamentul inadecvat. Stabilirea limitelor clare cu privire la ceea ce este periculos

sau dăunător pentru sine sau pentru alții îi ajută pe copii să se simtă în siguranță. Desigur, copiilor trebuie să li se amintească de aceste limite de fiecare dată când acestea sunt depășite. Scopul disciplinei pentru copii este de a fi capabili să se autocontroleze, dar până când vor putea să facă acest lucru, ei au nevoie de adulții care îi pot ajuta. Disciplina își are rădăcinile în viața de familie și este parte din viața de zi cu zi. Tot ceea ce spun sau ceea ce fac părinții, tot ceea ce ignoră sau uită, contribuie la disciplinarea copiilor lor. A face față problemelor de comportament nu este un lucru ușor. Este mult mai ușor de prevenit problemele legate de comportament. Dacă părinții vor avea relații pozitive cu copiii lor, atunci aceștia vor accepta sfaturile și recomandările părinților. Prevenția unui comportament inadecvat depinde în mare măsură de o relație bună părinte-copil. Astfel de relație se formează pas cu pas și zi cu zi. Nu există o cale rapidă de dezvoltare a autodisciplinei.

Așteptări adecvate

Disciplina constă în a-l îndruma și învăța pe copil cum să-și mențină autocontrolul. Pentru a fi eficientă, această acțiune presupune păstrarea echilibrului slab dintre încercările copilului de a-și afirma independența și nevoia sa de a fi controlat din exterior. Reducerea treptată a controlului asupra copilului le oferă copiilor posibilitatea de a răspunde pentru propriile acțiuni, dându-le de înțeles că aveți încredere în ei și în capacitățile lor. Odată cu responsabilitatea și încrederea, crește respectul de sine și încrederea în propriile puteri. Astfel, copiii se simt capabili de succes și demni de dragoste.

Pentru a găsi modalitățile potrivite de disciplinare, este important să se țină cont de vârsta copilului și de etapa de dezvoltare la care se află. Așteptările dumneavoastră nu trebuie să depășească posibilitățile fizice ale copilului și capacitatea lui de a înțelege unele lucruri.



ACTIVITATE

Discuții în perechi

Împărțiți-le participanților materialul suplimentar „*Așteptări adecvate*”. Rugați-i să citească materialul, apoi să discute în perechi sau în grupuri mici următoarele subiecte:

- *Ce vi s-a părut cel mai interesant referitor la acest material?*
- *Ce nou ați aflat/învățat?*
- *Cum vă va ajuta această informație să înțelegeți mai bine comportamentul copilului dumneavoastră?*

Deplasați-vă prin sală și întrebați participanții dacă au întrebări. În încheierea acestei activități, puteți să solicitați unu, două comentarii privind subiectele de mai sus.

Disciplinarea și pedeapsa: înseamnă același lucru?

Adresați participanților următoarea întrebare: „Disciplinarea și pedepsele înseamnă același lucru?” Scrieți două liste separate în care să faceți diferența dintre acești termeni: disciplinare și pedeapsă. Scrieți răspunsurile participanților. Apoi, împărțiți-le materialul suplimentar „*Disciplinarea și Pedeapsa*”. Rugați-i să vină cu întrebări și comentarii.

Faceți un sumar succint al discuției: Mulți cred că nu este nici o diferență între disciplinare și pedeapsă. Totuși, aceste două noțiuni sunt foarte diferite. Disciplinarea poate fi definită ca un sistem de educare bazat pe relații armonioase, laudă și instrucțiuni legate de autocontrol. Disciplinarea eficientă reprezintă un proces continuu. Pedeapsa are caracter negativ, fiind o consecință neplăcută a nerespectării unor condiții, a unor reguli. Rușinea, dizgrațierea și ne-cazul nu sunt elemente pozitive de disciplinare. Copiii vor fi mai predispuși să-și modifice comportamentul, dacă se vor simți prețuiți și încurajați.

Ce știm despre pedeapsa fizică și despre impactul acesteia asupra copiilor?

În calitate de dumneavoastră de facilitator le puteți prezenta participanților următoarele puncte-cheie privind pedeapsa fizică și impactul acesteia asupra copiilor. Și materialul suplimentar *„Disciplinarea și Pedeapsa”* poate fi împărțit acum.

- Pe parcursul multor generații, părinții au impus disciplina, folosind în calitate de pedeapsă loviturile cu palma, cureaua sau alte forme de pedepse fizice. Totuși, experții în domeniul dezvoltării copiilor ne atrag atenția asupra consecințelor negative ale aplicării pedepselor fizice. Întrucât disciplinarea este o măsură educativă, gândiți-vă ce poate învăța copilul atunci când îl loviți. Pedeapsa fizică poate opri pentru moment comportamentul inadecvat, dar copiii vor însuși o regulă – este acceptabil să-ți pierzi controlul și chiar să lovești o altă persoană când ești supărat.
- Prin pedepse fizice îi învățăm pe copii că a cauza durere altor persoane este o acțiune justificată când este necesar controlul asupra lor – chiar și în cazul persoanelor iubite. Din cauza pedepselor fizice, copiii pot deveni violenți și iraționali în relațiile cu alte persoane. De asemenea, pedepsele fizice îi pot speria și le pot inhiba dorința firească de a învăța de la persoanele iubite și de a le oferi acestora motive pentru satisfacție.
- Și părinții pot să-și piardă autocontrolul și să se enfurie. Este firesc să vă indispu-neți din cauza copilului care vă supără și vă face să vă simțiți frustrat, care sfidează limitele stabilite de dumneavoastră sau nu vă respectă dorințele. Pe de altă parte, nu este firesc să-i dați frâu liber furiei prin violență fizică și verbală. Un element important al disciplinării este instruirea copilului, dar este și mai important să-i demonstrați prin propriul exemplu ce este un comportament adecvat. Copiii învață multe despre temperament și autocontrol, observându-i pe părinți și pe alți adulți în timp ce interacționează. Dacă adulții din jur comunică într-o manieră pozitivă, copiii vor însuși că anume acesta este modelul corect de tratare a altor persoane.



ACTIVITATE

Lucrul în grupuri mici: Cum v-ați simțit

Sentimentele părinților privind disciplina și modalitățile de disciplinare sunt bazate pe mai mulți factori: modul în care ei au fost disciplinați în familie; teoriile despre disciplină pe care le-au auzit sau le-au citit; atitudinile culturale privind modalitățile potrivite de disciplinare;

nevoile unice ale copilului. Conștientizarea acestor factori este esențială pentru a fi o persoană ce impune o disciplină eficientă.

Rugați-i pe participanți să citească întrebările de mai jos (să le noteze) și să le discute în perechi sau în grupuri mici:

- *Ce modalități de disciplinare sau pedeapsă au folosit părinții dvs.?*
- *Cât de eficiente au fost metodele utilizate de părinții dvs.?*
- *Cum v-ați simțit atunci când ați fost disciplinat?*
- *Cum aceste experiențe v-au influențat părerile vizavi de disciplinare?*
- *Prin ce diferă sau se aseamănă stilul dvs. de disciplinare de cel al părinților?*

Stabilirea limitelor: Promovarea unui comportament pozitiv

Comportamentul inadecvat al copilului vă oferă ocazia să-l învățați. Când copilul se poartă inadecvat, nu o face intenționat – deși uneori vă pare că anume așa este! El încearcă să învețe ceva nou despre lumea din jur și să înțeleagă în ce mod comportamentul duce la diferite consecințe. Sarcina dumneavoastră este să-l învățați ce comportament este acceptabil și ce comportament nu va fi tolerat. Stabilind limite stricte și reguli clare acum, îl veți ajuta să stabilească propriile limite în viitor.



ACTIVITATE

Lucrul în perechi

Rugați părinții să discute în perechi următoarele subiecte:

- *Dați un exemplu când stabilirea limitelor s-a dovedit a fi o metodă eficientă. Cum credeți, de ce metoda aleasă a fost una eficientă?*
- *Ce a fost dificil în stabilirea limitelor pentru copilul dvs.?*
- *Ce a fost util?*

Întruniți participanții în grup mare și rugați voluntarii să comenteze propriile experiențe de succes în stabilirea limitelor. Încheiați discuția cu sugestiile propuse de mai jos. Oferiți participanților materialul suplimentar „Stabilirea regulilor și a limitelor: recomandări utile”.

Stabilirea regulilor și a limitelor: recomandări utile

- Asigurați-vă că regula corespunde situației.
- La impunerea regulii, țineți cont de vârsta, personalitatea și abilitățile copilului.
- Aplicați cu consecvență regula stabilită.
- Urmați regula întocmai; cuvintele trebuie să fie urmate de acțiuni.
- Folosiți fraze simple, formulați regulile clar și într-o manieră pozitivă.
- Respectați sentimentele copilului și țineți cont de ele, pe cât este posibil.
- Impuneți-vă autoritatea; fiți încrezători și siguri în atingerea scopului propus.

- Fiți gata să acceptați consecințele. Planificați pașii următori și fiți consecvenți în privința regulii impuse.
- Oferiți-i copilului posibilitatea de a alege, în limitele stabilite de dumneavoastră. Stabilind limite, păstrați controlul asupra situației; oferind posibilitatea de a alege, îi permiteți copilului să simtă că deține controlul asupra situației.
- Încurajați copilul să vă ajute la formularea regulilor.

Disciplinarea eficientă

Strategii recomandate în cazul nerespectării regulilor



ACTIVITATE

Activitate în grupuri mici

Rugați participanții să formeze grupuri mici (3 - 4 persoane). Rugați un părinte să-și împărtășească o problemă legată de comportamentul copilului său, utilizând lista de întrebări de mai jos:

- Care este problema?
- Cine este implicat?
- Când s-a întâmplat?
- Cum credeți, de ce se întâmplă acest lucru și ce vă comunică copilul printr-un astfel de comportament? Ce simte și ce gândește copilul?
- Cum vă simțiți dumneavoastră în această situație?
- Cum reacționați la un astfel de comportament? Ce efecte are reacția dumneavoastră asupra copilului?
- Ce metode ați încercat care s-au dovedit a fi eficiente?

În grup mare, întrebați participanții ce au învățat din această activitate. Solicitați și scrieți strategiile recomandate.

Încheiați această ședință, oferind participanților materialul suplimentar „Strategii recomandate în cazul nerespectării regulilor” și „Disciplina și autocontrolul”. Revizuiți acest material împreună cu participanții și asigurați-vă că ei nu mai au întrebări. Încercați să adăugați sugestiile oferite de participanți la lista cu materialul suplimentar. Notați toate ideile utile sugerate de participanți care nu se găsesc în materialul suplimentar oferit.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Oferiți participanților materialul suplimentar „*Notați câteva modalități noi de a influența comportamentul copilului dumneavoastră*” și rugați-i să se gândească cum ar reacționa la comportamentul copilului. Rugați-i să prezinte ideile în cadrul următoarei ședințe.

Materialul suplimentar

Așteptări adecvate

Pentru a găsi modalitățile potrivite de disciplinare, este important să se țină cont de vârsta copilului și de etapa de dezvoltare la care se află. Așteptările dumneavoastră nu trebuie să depășească posibilitățile fizice ale copilului și capacitatea lui de a înțelege unele lucruri.

Copilul de 9-12 luni

Copiii mici sunt activi și foarte curioși, lucru care îi face să se aventureze în explorări inadecvate și chiar periculoase. Aceste acțiuni nu au la bază rea-voința copilului. În această etapă, copiii încep să urmărească posibila reacție a dumneavoastră. De exemplu, copilul de 11 luni poate să se apropie de scară și să vă privească, dorind să observe reacția dumneavoastră.



Copilul de 1-2 ani

La vârsta de 1-2 ani, copiii nu înțeleg în deplină măsură diferența dintre bine și rău. Ei încă nu sunt capabili să înțeleagă noțiunile de reguli și avertizări. Ați putea să preveniți copilul: „Dacă vei trage pisica de coadă, ea te va zgâria”, dar acest avertisment nu va avea absolut nici un efect, dacă nu-l veți folosi anume atunci când copilul încearcă să tragă pisica de coadă. Când copilul iese pe carosabil, aceasta nu înseamnă că nu vă ascultă. El, pur și simplu, se supune impulsurilor de moment. Pentru ca copiii să înțeleagă cum trebuie să se comporte, vor fi necesari ani de îndrumare cu multă grijă și răbdare.

Copilul de 2-3 ani

La această vârstă, copilul începe să-și formeze cunoștințele despre propria persoană. Folosirea limbajului este un element important al acestui proces. Copilul poate spune ce vrea și poate descrie ce simte. El poate începe să negocieze sau să aducă argumente pentru a obține ceea ce dorește. La această vârstă, copilul înțelege dacă vorbiți serios sau ba. La această etapă, este absolut indispensabilă stabilirea unor limite. Copiii încep să fie mai mult independenți și încețază a fi copii drăguți, zâmbitori și supuși. Activitățile zilnice simple – îmbrăcatul, mâncatul, somnul de amiază – se transformă în adevărate lupte. Este important să stabiliți un program previzibil și fix. Copilul se simte în siguranță, dacă înțelege că există o rutină zilnică pe care o poate considera consecventă și constantă. De asemenea, la această vârstă, copiii au nevoie de formulări exacte. De exemplu, spuneți-le nu numai ce nu au voie să facă, dar și ce pot face. De exemplu, dacă vedeți că copilul a aruncat camionul-jucărie, spuneți-i că așa nu este bine, dar că ar putea să se joace cu camionul pe podea.

Copilul de 3-5 ani

La această vârstă, copiii încep să însușească noțiunile legate de etică. Se dezvoltă conștiința lor, capacitatea de a se simți vinovat, empatia. Deși știu bine ce pot și ce nu pot să facă, adeseori dorințele lor sunt prea puternice pentru ca ei să-și păstreze autocontrolul. Copilul nu întotdeauna este capabil să-și stăpânească emoțiile. În această etapă, copilul poate să încalce regulile și să răspundă obraznic. La vârsta de 2 ani, un astfel de comportament era un indiciu al curiozității. Acum, însă, acest comportament nu mai este la fel de inocent. Copilul poate să nu înțeleagă pe deplin de ce încalcă regulile, dar este conștient că o face. Este important să nu-i permițezi copilului să preia controlul. Nici copilul nu-și dorește acest lucru. El se așteaptă că dumneavoastră îl veți ajuta când încalcă regulile, la fel ca atunci când știe că îl veți proteja dacă face ceva periculos. De asemenea, l-ați putea ajuta pe copil să-și exprime emoțiile prin cuvinte, nu prin acțiuni violente. Uneori, copilul nu este în stare să-și exprime adecvat furia, iar dumneavoastră puteți să-l ajutați în acest sens.



Materialul suplimentar

Disciplina și pedeapsa

Pentru mulți părinți, disciplina și pedepsele înseamnă același lucru. După cum arată tabelul de mai jos, acești termeni se referă la lucruri foarte diferite. Disciplinarea poate fi definită ca un sistem de educare bazat pe relații armonioase, laudă și instrucțiuni legate de autocontrol. Disciplinarea eficientă reprezintă un proces continuu. Pedeapsa are caracter negativ, fiind o consecință neplăcută a nerespectării unor condiții, a unor reguli. Rușinea, dizgrațierea și necazul nu sunt elemente pozitive de disciplinare. Copiii vor fi mai predispuși să-și modifice comportamentul, dacă se vor simți prețuiți și încurajați.

Disciplina	Pedeapsa
Pune accent pe ceea ce copilul trebuie să facă	Pune accent pe ceea ce copilul nu trebuie să facă
Este un proces continuu	Are loc o singură dată
Oferă exemple demne de urmat	Insistă asupra respectării ordinilor
Dezvoltă autocontrolul	Descurajează independența
Le ajută copiilor să se schimbe	Are sens numai pentru adult
Are caracter pozitiv	Are caracter negativ
Acceptă faptul că copilul trebuie să se afirme	Îl forțează pe copil să fie cuminte
Dezvoltă capacitatea de a gândi a copilului	Ia deciziile în locul copilului
Dezvoltă respectul de sine	Reduce respectul de sine
Formează comportamentul adecvat	Condamna comportamentul inadecvat

Materialul suplimentar

Pedeapsa fizică: Noțiuni informative

Pe parcursul multor generații, părinții au impus disciplina, folosind în calitate de pedeapsă loviturile cu palma, cureaua sau alte forme de pedepse fizice. Totuși, experții în domeniul dezvoltării copiilor ne atrag atenția asupra consecințelor negative ale aplicării pedepselor fizice. Întrucât disciplinarea este o măsură educativă, gândiți-vă ce poate învăța copilul atunci când îl loviți. Pedeapsa fizică poate opri pentru moment comportamentul inadecvat, dar copiii vor însuși o regulă – este acceptabil să-ți pierzi controlul și chiar să lovești o altă persoană când ești supărat.

Prin pedepse fizice îi învățăm pe copii că a cauza durere altor persoane este o acțiune justificată când este necesar controlul asupra lor – chiar și în cazul persoanelor iubite. Din cauza pedepselor fizice, copiii pot deveni violenți și iraționali în relațiile cu alte persoane. De asemenea, pedepsele fizice îi pot speria și le pot inhiba dorința firească de a învăța de la persoanele iubite și de a le oferi acestora motive pentru satisfacție.

Și părinții pot să-și piardă autocontrolul și să se înfurie. Este firesc să vă îndispuneți din cauza copilului care vă supără și vă face să vă simțiți frustrat, care sfidează limitele stabilite de dumneavoastră sau nu vă respectă dorințele. Pe de altă parte, nu este firesc să-i dați frâu liber furiei prin violență fizică și verbală. Un element important al disciplinării este instruirea copilului, dar este și mai important să-i demonstrați prin propriul exemplu ce este un comportament adecvat. Copiii învață multe despre temperament și autocontrol, observându-i pe părinți și pe alți adulți în timp ce interacționează. Dacă adulții din jur comunică într-o manieră pozitivă, copiii vor însuși că anume acesta este modelul corect de tratare a altor persoane.

Stabilirea limitelor

Comportamentul inadecvat al copilului vă oferă ocazia să-l învățați. Când copilul se poartă inadecvat, nu o face intenționat – deși uneori vă pare că anume așa este! El încearcă să învețe ceva nou despre lumea din jur și să înțeleagă în ce mod comportamentul duce la diferite consecințe. Sarcina dumneavoastră este să-l învățați ce comportament este acceptabil și ce comportament nu va fi tolerat. Stabilind limite stricte și reguli clare acum, îl veți ajuta să stabilească propriile limite în viitor. În acest sens, vă oferim în continuare câteva sugestii.

Stabilirea regulilor și a limitelor: recomandări utile

- Asigurați-vă că regula corespunde situației.
- La impunerea regulii, țineți cont de vârsta, personalitatea și abilitățile copilului.
- Aplicați cu consecvență regula stabilită.
- Urmați regula întocmai; cuvintele trebuie să fie urmate de acțiuni.
- Folosiți fraze simple, formulați regulile clar și într-o manieră pozitivă.
- Respectați sentimentele copilului și țineți cont de ele, pe cât este posibil.

- Impuneți-vă autoritatea; fiți încrezători și siguri în atingerea scopului propus.
- Fiți gata să acceptați consecințele. Planificați pașii următori și fiți consecvenți în privința regulii impuse.
- Oferiți-i copilului posibilitatea de a alege, în limitele stabilite de dumneavoastră. Stabilind limite, păstrați controlul asupra situației; oferind posibilitatea de a alege, îi permiteți copilului să simtă că deține controlul asupra situației.
- Încurajați copilul să vă ajute la formularea regulilor.



Nu uitați că este important nu numai să lăudați copilul pentru respectarea regulilor de comportament, dar și să-i impuneți disciplină când nu respectă aceste reguli.

Materialul suplimentar

Strategii recomandate în cazul nerespectării regulilor

Copiii învață în permanență să identifice limitele admisibile. Este imposibil să nu apară deloc probleme. Mai devreme sau mai târziu, copilul va încerca să încalce limitele impuse de dumneavoastră. Vă propunem câteva strategii utile care pot fi aplicate în cazurile în care copilul se poartă inadecvat și încalcă regulile de comportament.

Luați măsuri

Dacă copilul încalcă regulile de comportament, este puțin probabil ca să-l puteți liniști prin cuvinte. Va trebui să luați măsuri pentru a-l ajuta pe copil să se oprească din acțiunile neadecvate. Sunt necesare multiple repetări, asociind cuvintele cu acțiuni, pentru ca, după un anumit timp, să fie suficiente numai cuvintele.

Apreciați intenția/dorința copilului

Folosiți cuvinte pentru a-i arăta copilului că înțelegeți ce vrea să facă: „Vrei să te dai în scrânciob, dar trebuie să aștepti până îți vine rândul”.

Oferiți alternative

Spuneți-i și arătați-i copilului ce să facă. Oferiți-i modalități acceptabile de a-și canaliza energia. Dacă îi interziceți o anumită acțiune, dar nu-i oferiți nici un fel de alternative, este posibil ca acel comportament inadecvat să continue. De exemplu, în cazul cu scrânciobul, propuneți-i să se dea în carusel.

Validați sentimentele, nu comportamentul

Când copilul dumneavoastră nu se poartă adecvat, lăsați-l să înțeleagă că validați și acceptați sentimentele sale, dar nu și ceea ce a făcut: „Știu că ești supărat, dar nu se poate să arunci cuburile”.

Redirecționați acțiunile copilului

Demonstrați-i copilului cum poate să-și manifeste aceleași impulsuri într-o manieră acceptabilă: „Nu se poate să arunci cuburile. Poți să-l rănești pe cineva. Mai bine hai să zidim un turn”.

Consecințe firești

Când copilul vede consecința firească a acțiunilor sale, el înțelege în mod direct care este rezultatul alegerii făcute. De exemplu, dacă copilul varsă intenționat laptele, nu va avea ce bea. În acest caz, încercați să vă abțineți, să nu-i veniți în ajutor copilului, oferindu-i alt pahar cu lapte. Copilul va însuși cel mai bine o regulă, dacă va învăța din propria experiență și nu va crede că altcineva este vinovat pentru consecințele acțiunilor sale.

Consecințe logice

Generați o consecință legată direct de acțiunile copilului. De exemplu, i-ați putea spune că dacă nu-și strânge singur jucăriile, le veți strânge dumneavoastră, dar el nu va mai putea să se joace cu ele pe parcursul întregii zile. Când aplicați această strategie, este foarte important să vă țineți de cuvânt. Dați-i de înțeles copilului că vorbiți serios și neapărat țineți-vă promisiunea.

Consecințe restrictive

Uneori nu este simplu să identificați consecințele logice. Ați putea să-i spuneți copilului că va trebui să renunțe la ceva ce îi place dacă nu cooperează. Când folosiți această strategie, țineți cont de următoarele reguli:

- Niciodată nu lipsiți copilul de ceva de care are nevoie vitală, de exemplu, de mâncare.
- Alegeți un lucru la care copilul ține foarte mult.
- Aveți grijă să vă țineți întotdeauna de cuvânt.

Boxă. Spre deosebire de pedeapsă, consecințele:

- Sunt semne de respect față de dumneavoastră și copilul dumneavoastră.
- Sunt pe măsura comportamentului.
- Indică asupra unor alegeri proaste, și nu asupra unui copil rău, nepriceput.
- Țin de timpul prezent, și nu de cel trecut.



Materialul suplimentar

Disciplina și autocontrolul

Autocontrolul constituie capacitatea de a lua decizii cu privire la momentul potrivit și la modul de exprimare adecvată a sentimentelor. Formarea autocontrolului este un proces continuu care are importanță deosebită pentru dezvoltarea armonioasă a copiilor și a adulților. Strategiile folosite de părinți și de îngrijitori pentru a-l ajuta pe copil să-și mențină autocontrolul depind, în mare măsură, de vârsta acestuia și de etapa de dezvoltare la care se află. Să examinăm diferite



modalități prin care părinții și îngrijitorii îi pot ajuta pe copii să însușească moduri adecvate de exprimare a sentimentelor și dorințelor, să diminueze comportamentul inadecvat, să-și dezvolte autocontrolul.

Ajutați-l pe copil să-și recapete autocontrolul

Rămâneți calm când copilul își pierde controlul. Astfel copilul se va simți în siguranță. De asemenea, în acest fel îi veți da exemplu de autocontrol. Încercați să înțelegeți care este cea mai potrivită metodă pentru a calma copilul. În acest mod, veți putea să-l ajutați să-și respecte stăpânirea de sine. Unii copii au nevoie de contact fizic – îmbrățișări și atingeri ferme. Alți copii se liniștesc repede, dacă începeți să comunicați cu ei sau dacă se implică în altă activitate. Unii copii au nevoie de timp pentru a-și da frâu emoțiilor; iar după câteva minute într-un loc liniștit și sigur ei sunt în stare să-și recapete stăpânirea de sine.

Încercați să înțelegeți de ce copilul și-a pierdut controlul

Dacă veți identifica factorii de stres, veți putea anticipa momentele care sunt cele mai dificile pentru copilul dumneavoastră. Puteți determina dacă accesele de comportament inadecvat se repetă în aceeași perioadă a zilei sau sunt cauzate de anumite experiențe. Dispunând de această informație, veți putea modifica mediul sau programul zilei pentru a reduce impactul negativ. Dacă știți că copilului dumneavoastră nu-i plac locurile aglomerate și zgomotoase, unde este foarte posibil să aibă accese de furie, ați putea să-l ajutați, oferindu-i mai mult timp pentru acomodare, să aibă sentimentul că deține controlul și să se simtă confortabil. De exemplu, când veți intra pe terenul de joacă sau în camera de grădiniță, stați un pic la intrare și, împreună, observați-i pe ceilalți copii. Discutați ce fac ceilalți copii. Observați dacă copilul manifestă interes față de o anumită activitate. Nu uitați să țineți cont de ritmul propriu copilului și de nevoile sale fundamentale. Copiilor le este greu să-și mențină autocontrolul dacă sunt flămânzi, bolnavi, stresați sau dacă le este somn.

Oferiți-i copilului ocazia de a alege, ținând cont de vârsta lui

Dacă copilului i se oferă posibilitatea de a alege, el simte că deține controlul asupra situației. Lăsați copilul să decidă cu cine să se joace și în ce să se îmbrace. Nu rezultatul este important, ci procesul propriu-zis de alegere.

Materialul suplimentar

Notați

Câteva modalități noi de a influența comportamentul copilului dumneavoastră

Aplicând unele recomandări din această carte, întocmiți o listă a metodelor noi care v-au ajutat să reacționați în mod pozitiv la comportamentul inadecvat al copilului dumneavoastră. Țineți cont de etapa de dezvoltare la care se află copilul și identificați gradul de eficacitate a acțiunilor dumneavoastră.

Descrieți comportamentul neadecvat al copilului	Cum ați reacționat?	Care a fost rezultatul?	Ce a învățat copilul dumneavoastră?

Rolul taților în dezvoltarea copiilor



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor revedea ce spun cercetările recente despre influența și rolul taților în dezvoltarea copiilor.
- Vor discuta cum și de ce rolul taților e schimbător și despre influența acelor schimbări asupra dezvoltării copiilor.
- Vor înțelege diferența dintre stilurile de educație a mamelor și taților și beneficiile acestor diferențe asupra copiilor.
- Vor genera idei de activități pe care le pot face tații cu copilul lor la diferite etape de vârstă.

impact deosebit asupra copilului. Cercetările au constatat că atunci când tații se implică în viața copiilor lor, aceștia sunt mai independenți, mai încrezători și au mai multe șanse de succes când încep să frecventeze școala. Copiii și întreaga familie au foarte mult de câștigat în urma implicării taților în educația copiilor.

În cadrul acestei ședințe participanții se vor axa pe problemele legate de rolul taților în dezvoltarea copiilor.

Introducere

Bărbații au o influență majoră în dezvoltarea copiilor. Contribuția și rolul lor în educația copiilor are un impact major asupra sănătății și dezvoltării copiilor mici. Ca profesori, lideri comunitari, politicieni, bărbații iau decizii importante de care va depinde capacitatea familiei de a-și ajuta copiii să prospere. Dacă acești bărbați cu influență vor avea o atitudine plină de susținere și

Savanții au confirmat un lucru pe care majoritatea părinților și educatorilor îl cunosc demult – tații au o influență deosebit de mare asupra copiilor. Știința a demonstrat că primele experiențe ale copilului determină modul în care se dezvoltă creierul lui, iar toți cei care îl îngrijesc influențează modul în care copilul învață, gândește și se comportă pe parcursul întregii vieți. În prezent, tații rareori pot să petreacă mult timp cu copiii. Posibilitatea de a se implica în dezvoltarea copilului este un mare privilegiu. Taților le revine o responsabilitate mare și, după cum o demonstrează studiile, prezența lor are un

vor fi informați despre necesitățile copiilor mici, mult mai probabil că ei vor facilita crearea unor programe de educație timpurie a copiilor. Și din contra, când persoanele cu influență desconsideră importanța primilor ani și nevoile copiilor mici, atunci programele de educație timpurie sunt adesea sortite eșecului sau nu beneficiază de susținerea necesară. Atât copiii, cât și femeile sunt dependente de bărbații din viețile lor, precum și de deciziile luate de aceștia.

Bărbații reprezintă aproximativ jumătate din populația lumii. În prezent, bărbații rareori conștientizează importanța perioadei timpurii în dezvoltarea copiilor, precum și dezvoltarea lor de mai departe. Bărbații nu conștientizează nici faptul că implicarea lor în dezvoltarea copiilor are o importanță destul de mare, iar prezența lor în viața copiilor poate fi un prilej de bucurie pentru ambele părți. Toate persoanele care lucrează cu copiii mici ar trebui să fie mult mai deschise și să încurajeze participarea bărbaților în educația și îngrijirea copiilor mici. Implicarea activă a bărbaților în viața copiilor va reprezenta acel echilibru necesar – emoțional și financiar – care va susține dezvoltarea de timpuriu a copiilor.

În ce mod tații influențează dezvoltarea copiilor: teorii noi

Numeroasele investigații relevă importanța implicării taților în dezvoltarea și educarea copiilor lor. Un studiu realizat privind relațiile părinte-copil a constatat că un tată atent și grijuliu îi poate asigura copilului bunăstarea, fericirea, succesul social și academic la fel ca și mama. Un savant, care a analizat un șir de investigații privind implicarea taților în dezvoltarea copiilor, concludă: „Aceste descoperiri demonstrează faptul că tații joacă un rol important și de neînlocuit în dezvoltarea sănătoasă a copilului. În continuare vor fi prezentate câteva modalități concrete de influență a taților asupra dezvoltării copiilor.



ACTIVITATE

Activitate în grupuri mici

Scrieți pe fișe modalitățile prin care tații influențează dezvoltarea copiilor. Împărțiți participanții în grupuri mici și dați-le câte o fișă cu descrierea constatărilor cercetătorilor. Rugați-i să discute următoarele subiecte:

- *Ce spun cercetările?*
- *Sunteți de acord sau nu cu aceste constatări?*
- *Prin ce alte modalități tații pot influența dezvoltarea copiilor descrisă în fișa dvs.?*

Pregătiți fișe cu constatările cercetătorilor

Fișa 1: Pregătirea pentru școală și Comportamentul

Copiii ai căror tați s-au implicat în viața lor de timpuriu sunt mai independenți, răbdători, curioși și au mai multe șanse de succes când încep să frecventeze școala. Ei sunt mai capabili să stea locului și să aștepte până se va apropia învățătorul, de asemenea, își pot menține interesul

asupra sarcinii. Un studiu privitor la implicarea și rolul taților în dezvoltarea copiilor a constatat:

- Un comportament acceptabil/adekvat, mai puține stări depresive și mai puține minciuni.
- Părinți obedienți, drăguți cu alții și responsabili.
- Mai puține probleme de comportament la băieți.
- Fetele mai încrezătoare și dispuse să încerce lucruri noi.

Fișa 2: Dezvoltarea cognitivă, motorie și verbală

Alte studii au relevat o dezvoltare sporită verbală, cognitivă și motorie. De asemenea, sporește încrederea, siguranța și atașamentul.

- Copiii ai căror tați s-au implicat în viața lor de timpuriu sunt mai încrezători și explorează lumea cu un entuziasm și cu o curiozitate mai mare în comparație cu copiii care nu au beneficiat de implicarea taților în educația lor.

Fișa 3: Alegeri înțelepte în viață

Cercetările au constatat că copiii care au o relație strânsă și caldă cu tații au mai multe succese la învățătură, o probabilitate scăzută de a avea probleme în perioada adolescenței, comit mai puține infracțiuni și manifestă mai puține semne de depresie.

- Cercetările constată un lucru evident – tatăl biologic este persoana cea mai capabilă de a diminua agresiunea socială la copii.

Fișa 4: Dezvoltarea empatiei

Un studiu longitudinal a demonstrat că copiii cu empatie dezvoltată în viața lor de adult sunt anume acei copii care au beneficiat de timpuriu de implicarea taților în educația lor.



DISCUȚII ÎN GRUP

Întruniți participanții în grup mare și rugați o persoană din fiecare grup să facă un sumar succint al discuțiilor. Încheiați discuția, rugându-i pe participanți să se gândească și la alte modalități de implicare a taților în dezvoltarea și educația copiilor.

Mamele și tații: stiluri diferite de educație

Mamele și tații educă copilul în mod diferit. Această diferență aduce beneficii însemnate pentru copil, oferindu-i experiențe importante și variate.

Tații au un stil distinct de comunicare și interacțiune cu copilul. La numai opt săptămâni de la naștere, copilul face deosebire între mamă și tată atunci când comunică cu ei. Diversitatea interacțiunilor îi oferă copilului experiențe mai complexe, mai bogate de interacțiuni contrastante. De la o vârstă fragedă, copilul învață că bărbații și femeile se deosebesc și că ei au o atitudine diferită față de viață, de alți adulți și față de copii.



ACTIVITATE

Activitate în grupuri mici

Împărțiți participanților materialul suplimentar: „*Mamele și tații: stiluri diferite de educație*”. Rugați participanții să formeze grupuri mici și să discute următoarele întrebări:

- *Sunteți de acord cu paternul de comportament descris? De ce/De ce nu?*
- *În ce alte moduri ar putea afecta această diferență de stiluri dezvoltarea copiilor?*



DISCUȚII ÎN GRUP

Întruniți participanții în grup mare și rugați voluntarii din fiecare grup să facă o prezentare succintă a subiectelor discutate. Încheiați activitatea, prezentându-le participanților și alte idei privind stilurile diferite de educație a mamelor și taților:

Tații preferă alte jocuri

Atât mamele, cât și tații interacționează fizic cu copiii lor, dar tații o fac altfel decât mamele. Tații tind să se joace cu copiii, iar mamele tind să îi îngrijească. În general, tații îi gâdilă pe copii, „se luptă”, „se trântesc” cu ei și îi aruncă în sus mai des. Tații aleargă după copii și preferă jocurile zgomotoase. Mamele cocoloșesc copiii, iar tații îi fac să se miște. Tații întorc casa cu capul în jos, iar mamele sunt mai delicate, nu vor să facă dezordine. Tații încurajează concurența, mamele încurajează echitatea. Tații încurajează independența, iar mamele încurajează securitatea. Copiii au nevoie de căldura mamei, dar și de severitatea tatălui. Ambii părinți oferă securitate și încredere pe căi diferite, comunicându-le copiilor mesaje de dragoste și apropiere fizică.

Tații inspiră încredere

Mamele tind spre precauție, iar tații adeseori încurajează copiii să încerce, să testeze lucrurile. Nici unul dintre aceste stiluri de educație nu este adevărat, dacă este aplicat singur. Un părinte poate tinde să încurajeze riscul fără a ține cont de consecințe. Celălalt părinte tinde să evite riscul, ceea ce împiedică dezvoltarea independenței și încrederii. Când acționează împreună, aceste stiluri se contrabalansează și îl ajută pe copil să se afle în siguranță, extinzându-i posibilitățile de a însuși experiențe noi și de a căpăta încredere.

Tații comunică altfel

Studiile demonstrează că tații și mamele vorbesc în mod diferit cu copiii lor. De regulă, mamele simplifică mesajele și vorbesc la nivelul copilului. Tații nu sunt înclinați să-și modifice limbajul de dragul copilului. Modul de comunicare al mamelor facilitează comunicarea imediată. Modul de comunicare al taților încurajează copilul să își extindă vocabularul și abilitățile lingvistice, ceea ce îi va asigura succesul academic din viitor. Stilul de comunicare al taților este mai sumar, direct și la subiect. De asemenea, tații folosesc mai mult mimica și limbajul subtil al corpului. Mamele tind să folosească un limbaj mai descriptiv și mai personalizat și să încurajeze vorbirea. Copilul care nu înțelege ambele stiluri de conversație va fi dezavantajat, deoarece în viața de adult va avea posibilitatea să comunice cu reprezentanții ambelor sexe.

Tații impun disciplina în alt mod

Tații pun accent pe dreptate și îndatoriri bazate pe reguli, iar mamele pun accent pe simpatie, grijă și ajutor bazat pe relații. Tații tind să respecte regulile și să le impună în mod sistematic și rigid, învățând copiii care sunt consecințele faptelor bune și ale faptelor rele. Mamele tind să încurajeze delicatețea și simpatia în cazul nerespectării regulilor, ceea ce asigură sentimentul că nu este pierdut totul. Și de această dată, ambele stiluri nu sunt rele în sine, dar numai împreună pot asigura un echilibru benefic pentru copil.

Tații pregătesc copiii pentru lumea reală

În general, tații tind să perceapă copiii lor în raport cu lumea din jur. Mamele tind să perceapă lumea din jur în raport cu copiii lor. De exemplu, mamele adeseori sunt conștiente de obiectele din jur care i-ar putea face rău copilului lor. Tații, deși și pe ei îi preocupă acest fapt, tind să se concentreze asupra faptului cum copilul va fi sau nu va fi pregătit pentru situațiile și lucrurile pe care le-ar putea întâmpina în viață. În general, tații îl ajută pe copil să se pregătească pentru problemele lumii reale, iar mamele îl ajută să se protejeze de ele. Ambele abordări sunt necesare pentru maturizarea copilului.

Tații arată copiilor lumea bărbaților

Bărbații și femeile abordează viața în mod diferit. Fetele și băieții care cresc împreună cu tații lor sunt mai siguri și cunosc mai bine lumea bărbaților. Fata care are parte de un tată grijuliu se implică cu mai multă încredere în relații cu băieții în adolescență și cu bărbații în viața de adult. Băiatul care crește în familie cu tată este mai puțin probabil că va deveni violent. El își afirmă astfel masculinitatea și poate învăța de la tatăl său cum să-și canalizeze agresivitatea și puterea în moduri mai pozitive. Tatăl îi poate ajuta feciorului să înțeleagă cum să-și exprime adecvat sexualitatea masculină și cum să adopte un comportament potrivit pentru vârsta acestuia.

Tații învață copiii să respecte reprezentantele sexului opus

Cercetările demonstrează că într-o căsătorie tații sunt cu mult mai puțin predispuși să-și abuzeze soțiile sau copiii. Astfel, băieții și fetele care cresc într-o familie în care părinții sunt căsătoriți vor avea mai multe șanse să învețe, prin observare, în ce mod bărbații trebuie să trateze femeile. Cercetările sociologilor ne sugerează că societățile în care predomină prezența taților în socializarea copiilor dau naștere la bărbați care sunt mai puțin înclinați să excludă femeile din activitățile publice decât cele în care tații nu iau parte la educația copiilor în sânul familiei.

Problema copiilor fără tată



DISCUȚII ÎN GRUP

În încercarea de a aborda și problema copiilor fără tată, inițiați o discuție adresând următoarele întrebări:

- *Care este procentul copiilor din comunitatea dumneavoastră care cresc fără tați?*
- *Acest procent a crescut pe parcursul ultimilor 10 ani?*
- *Care sunt cauzele creșterii/descrășterii procentului de copii care cresc fără tată în comunitatea dumneavoastră?*
- *Care este atitudinea dominantă în societate față de tați și rolul lor în educația copiilor?*
- *Cum credeți: care sunt câteva din consecințele negative privind absența taților în dezvoltarea copiilor?*

Faceți un sumar succint al discuției și subliniați faptul că următoarele activități din cadrul acestei ședințe îi vor ajuta pe participanți să genereze modalități creative și practice pentru a spori rolul și implicarea taților în dezvoltarea copiilor mici.



ACTIVITATE

Activitate în grupuri mici: Activități pentru tați și copii

Scopul acestei activități este de a genera idei de activități pentru tați și copiii lor. Aceste activități pot fi făcute acasă, în timpul plimbărilor, în timpul meselor etc. Tații trebuie încurajați să se implice în momentele de rutină cotidiene, cum ar fi: spălatul, îmbrăcatul, servirea mesei, somnul. De regulă, aceste activități de rutină oferă posibilitatea unor interacțiuni fizice cu copiii, precum și comunicarea verbală. Împărțiți participanții în trei grupuri mici, conform etapelor de vârstă după cum urmează:

- **copii până la doi ani**
- **copii de doi-trei ani**
- **copii mai mari de patru ani.**

Participanții din cele trei grupuri sunt rugați să genereze idei de activități simple, practice și adecvate dezvoltării pentru tați și copiii lor. Rugați fiecare grup să noteze ideile sale pe foaie de flip-chart. Atârnați foile pe perete astfel încât toți participanții să le poată vedea și adăuga idei noi.



DISCUȚII ÎN GRUP

Întruniți participanții în grup mare. Întrebați participanții dacă sunt de acord cu activitățile sugerate. Eliminați sugestiile pe care le consideră nepotrivite.

Împărțiți participanților materialul suplimentar „*Activități pentru tați și copiii lor de diferite vârste*”. Observați și identificați prin ce se deosebesc/aseamănă activitățile propuse de participanți de cele din materialul propus. Ce activități noi sunt sugerate în acest material? Anunțați participanții că toate ideile noi apărute în cadrul discuției de astăzi vor fi adăugate la lista de activități existentă.

De asemenea, le puteți împărți participanților materialul suplimentar „*Sfaturi pentru tați*”. Dacă vă permite timpul, le puteți propune participanților să citească de sine stătător acest material și să discute informația cu un partener.

Materialul suplimentar

Activități pentru tați și copiii lor până la doi ani

- Copilului îi place ca tata să-l strângă la piept. Legănatul, îmbrățișarea îl ajută pe copil să se simtă în siguranță. Încurajați contactul fizic.
- Copilului îi place când tatăl îl ridică și îl gâdilă cu drag. Acest lucru îl încântă și, totodată, el înțelege că tata este aproape și că are grijă de dânsul. El învață să fie încrezător și să se simtă în siguranță.
- Vorbiți cu copilul dumneavoastră. Vocea tatălui se deosebește de vocea mamei. Bebelușii deosebesc vocile din primele săptămâni de viață. Ei se învață să aibă încredere în dumneavoastră, auzindu-vă vocea. Numiți obiectele pe care le vede copilul dumneavoastră. Aceasta îl va ajuta pe copil să înțeleagă legătura dintre obiecte și denumirea lor. Încurajați comunicarea verbală.
- Cântați-i copilului cântecele preferate. Copiilor le place să asculte același cântec de cât mai multe ori. Inventati propriile cântecele. Copiilor le plac cântecele însoțite de mișcări și gesturi.
- Fețele îl fascinează pe copil. Folosiți mimica atunci când interacționați cu copilul dumneavoastră. Permiteți-i copilului să vă atingă fața în timp ce faceți grimase. Inițiați activități care presupun interacțiuni reale „față-în-față”.
- Spuneți-i copilului cât mai des „te iubesc”. Copilul dumneavoastră trebuie să știe, din primele zile de viață, că el este o persoană specială. Nu încetați niciodată să o faceți. Inițiați activități care să vă ajute să comunicați în mod diferit mesajul „te iubesc”, fiind conștienți de faptul că cea mai bună modalitate de a o face este să o spuneți direct.
- Copilului îi place să vă privească și să vă imite. Așezați-vă lângă el pe podea și faceți mișcări cât mai amuzante. Încurajați copilul să le repete.
- Vorbiți cu copilul în timp ce vă plimbați. Arătați cu degetul diferite obiecte și numiți-le. Descrieți ce vedeți în jur. Lăsați copilul să observe cum interacționați cu alți copii și cu adulții.
- Citiți! Una dintre cele mai importante activități pe care o puteți face cu copilul dumneavoastră, chiar din primele săptămâni de viață ale acestuia, este cititul. Așezați copilul pe genunchii dumneavoastră, ca să îi fie cât mai comod. Alegeți cărți cu pagini de carton, cu imagini viu colorate. Arătați-i cu degetul obiectele reprezentate și numiți-le. Descrieți ce este reprezentat pe desen; astfel, veți învăța nou-născutul că cititul este o ocupație care îl apropie de tată. În același timp, îl veți face să se simtă confortabil în apropierea cărților. Copilul va înțelege instinctiv că ele constituie o parte foarte interesantă a vieții sale. Pe măsură ce copilul se apropie de vârsta de un an, el începe să-și dezvolte abilitățile lingvistice, iar cititul este una dintre cele mai bune modalități pentru a cataliza acest proces. Cititul, ținutul copilului pe genunchi sau în brațe, comunicarea cu el sunt trei activități foarte importante care favorizează dezvoltarea sănătoasă a copilului.

Activități pentru tați și copiii lor de doi-trei ani

- Oferiți-i copilului un loc sigur unde el să poată să se joace și să alerge. Scoateți copilul din casă cât mai des, ca să alerge prin curte sau în parc. Încurajați-l să sară, să se cațere, să se rostogolească la vale, în măsura în care îi permite vârsta. Încurajați copilul să testeze limitele într-un mod sănătos și rezonabil. Aceasta îi va dezvolta încrederea și îl va învăța cum să își asume riscuri rezonabile în viață.
- Citiți-i copilului în fiecare zi, citiți cărți, reviste etc. Ajutați-l pe copil să înțeleagă că cititul constituie o parte indispensabilă a vieții. Chiar și tații care nu prea preferă să citească pot inventa povestioare despre fiecare desen. Este important ca tatăl și copilul să fie apropiați, copilul să-l audă pe tată vorbind și să observe că cuvintele corespund desenelor și se îmbină în istorii.
- Jucați-vă cu mingea. Învățați copilul să o prindă, să o arunce și să o lovească cu piciorul, după cum îi permite vârsta. Astfel, copilul își va dezvolta coordonarea mișcărilor și se va distra, jucându-se cu tata. Aceste jocuri pot fi integrate în jocurile zilnice la aer liber.
- Spuneți mereu „te iubesc”. Încurajați copilul să vă pună întrebări. Răspundeți prin fraze scurte și simple. Grupurile formate din tați și copii pot încuraja astfel de interacțiuni. Învățați copilul ce cuvinte sunt acceptabile și ce cuvinte nu trebuie folosite.
- Învățați copilul că bunătatea, delicatețea și onestitatea sunt unele dintre cele mai importante lucruri din lume. Faceți astfel, încât copilul să știe la ce vă așteptați și de ce. Copiii trebuie să știe spre ce idealuri trebuie să tindă.
- Creați secrete mici, nostime sau distractive împreună cu copilul dumneavoastră. Descoperiți un loc despre care știți numai voi doi și mai mult nimeni. Inventati o strângere de mână secretă sau o glumă. Aceste mici secrete ajută la stabilirea unei legături puternice între tată și copil și îl fac pe copil să se simtă special și important.
- Participați la activitățile preferate ale copilului dumneavoastră: săriți prin băltoace, desenați pe asfalt, înscenați istorioare sau studiați gândacii care se târăsc prin praf.

Activități pentru tați și copiii lor mai mari de patru ani

- În timpul meselor, întrebați copilul ce evenimente plăcute s-au petrecut pe parcursul zilei. La rândul dumneavoastră, răspundeți la aceeași întrebare.
- Plimbați-vă cu copilul. Priviți atent cum se joacă copilul dumneavoastră.
- Încurajați copilul cât mai mult și lăudați-l.
- Întrebați copilul ce ar vrea să aștepte și planificați cum să îl învățați.
- Învățați fiica și fiul cum să facă o „muncă de bărbat”, cum ar fi reparația mașinii sau bătutul cuielei.
- Mergeți în mod sistematic la bibliotecă și discutați despre cărțile preferate. Ajutați-l pe copil să înțeleagă cât de utilă poate fi lectura.
- Oferiți-i copilului șansa de a vedea cât de mult vă place să citiți cărți sau reviste. Vorbiți cu copilul dumneavoastră despre scopuri și vise.
- Inițiați discuții cu copilul dumneavoastră despre ceea ce ar vrea să devină când va crește mare și organizați excursii tematice.

- Ascultați muzica preferată a copilului dumneavoastră. Ajutați-l pe copil să-și dezvolte gustul și să înțeleagă diferite stiluri muzicale.
- Inițiați activități care să vă facă să râdeți împreună.
- Povestiți-i copilului dumneavoastră istorii din copilăria dumneavoastră. Povestiți-i despre greșelile și despre lucrurile bune pe care le-ați făcut.
- Ajutați-i copilului să-și dezvolte imaginația și limbajul, inventând istorii împreună. Începeți o poveste și rugați-l să o continue.
- Faceți cunoștință cu prietenii copilului dumneavoastră și manifestați interes față de ei.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Împărțiți participanților materialul suplimentar „*Cum ești tu? Subiecte de gândire pentru tați*”. Rugați participanții să se gândească pe parcursul săptămânii la întrebările din acest material. Rugați-i să răspundă la aceste întrebări și să se pregătească să le prezinte în cadrul ședinței următoare. De asemenea, îi puteți încuraja pe tați să utilizeze aceste întrebări dacă țin un jurnal despre dezvoltarea copilului lor. Acesta ar putea fi un cadou minunat pentru copil mai târziu.

Materialul suplimentar

Cum ești tu?

Subiecte de gândire pentru tați

1. Cum este copilul meu?

2. Ce cuvinte îl caracterizează pe copilul meu?

3. Care sunt obiectele la care ține cel mai mult copilul meu?

4. Cine sunt prietenii cei mai buni ai copilului meu?

5. Ce îl stresează pe copilul meu? De ce se teme cel mai mult?

6. Cum își exprimă copilul meu fericirea? Dar furia? Dar afecțiunea? Dar frustrarea?

7. Ce îmi place să fac împreună cu copilul meu?



8. Care este mâncarea preferată a copilului meu?

9. Ce bucate nu îi plac copilului meu?

10. Ce ar vrea să facă copilul meu când va crește mare?

11. Dacă copilul dumneavoastră ar putea să petreacă o zi întreagă cu dumneavoastră și să facă orice îi place, cum ar fi această zi?

12. Care sunt ocupațiile preferate ale copilului meu?

13. Ce îl indispune cel mai mult pe copilul meu?

14. Care este cartea preferată a copilului meu?



15. Care este animalul preferat al copilului meu? Dar culoarea preferată? Dar sportul preferat? Dar filmul preferat? Dar jucăria preferată?

16. Care este cel mai important lucru pe care va trebui să îl discutați cu copilul dumneavoastră în următoarele șase luni?

17. Ce îi place cel mai mult copilului dumneavoastră la tatăl său?



Materialul suplimentar

Sfaturi pentru tați

Copiii care cresc în apropierea bărbatilor tind să fie mai bine adaptați și mai pregătiți pentru a înfrunta problemele vieții. În acest sens dumneavoastră jucați un rol important! Dragostea și interesul dumneavoastră pentru copil au o influență mare.

Arătați-i copilului că îl iubiți

- Cuprindeți și sărutați copilul cât mai des; copilul are nevoie de confort fizic și de apropiere de tatăl.
- Spuneți-i cât de mult înseamnă el pentru dumneavoastră: „Tu îmi ești foarte scump”.
- Lăudați-l pentru eforturile depuse, mai ales atunci când nu își atinge scopul; învățați-l cât este de important să facă tot ce depinde de el.

Învățați-l cum să se comporte

- Formulați reguli și asigurați-vă că copilul le înțelege; nu spuneți „poate” când aveți în vedere „nu”.
- Explicați regulile; copiii trebuie să înțeleagă de ce ei trebuie să respecte regulile.
- Fiți consecvent în impunerea regulilor; copiii sunt derutați atunci când observă că vă schimbați punctul de vedere fără motiv.
- Folosiți regulile pentru a-l ajuta pe copil să se autodisciplineze; stabiliți limite și încurajați copilul să aibă o părere bună despre sine.

Comunicați cu dragoste

- Priviți în ochii copilului când vorbiți cu el.
- Cuceriti încrederea copilului, ascultându-l atunci când vine la dumneavoastră cu o problemă. Copilul va aprecia îndrumările, dar nu va asculta predicile.
- Fiți onești cu copilul dumneavoastră; admiteți greșelile dumneavoastră și învățați-l pe copil cât este de important să își asumi responsabilitatea și să recunoști greșelile.

Deveniți educatorul copiilor dumneavoastră

- Spuneți-le copiilor că ei pot veni la dumneavoastră cu orice întrebări; în caz contrar, ei vor obține răspunsuri inadecvate din alte surse. Nu uitați că serviți drept model pentru copilul dumneavoastră. El vă studiază pentru a învăța cum se poartă un om matur și responsabil.
- Încurajați copilul să gândească independent. Îndrumați-l și ajutați-l să ia decizii.
- Faceți treburile casnice împreună cu copilul, faceți-l să se simtă mândru pentru că vă ajută și învățați-l că și bărbații se ocupă de treburile casnice.

Studiați temperamentul copilului dumneavoastră



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor studia temperamentul propriului copil.
- Vor înțelege prin ce se deosebesc sau se aseamănă cu copilul lor în ceea ce privește temperamentul.
- Vor înțelege cum temperamentul va influența capacitatea lor de a stabili o relație bună părinte-copil.
- Vor fi informați că nu sunt singuri și că nu există părinți ideali.

Copilul dumneavoastră s-a născut cu un stil personal distinct și cu o abordare unică a lumii. Una dintre cele mai importante sarcini în calitate de părinte este să înțelegeți cum este copilul dumneavoastră. Cu cât mai bine veți înțelege motivele comportamentului copilului, cu atât mai bine veți reuși să-i dezvoltați talentele sale unice. Una dintre modalitățile de a afla prin ce anume el este special, este să-i studiați stilul personal, adică temperamentul său.

De asemenea, este necesar de ținut minte: copiii nu au nevoie de părinți ideali. Ei au ne-

voie de părinți iubitori, care doresc să afle prin ce copilul lor este special și care sunt căile optime de a-l ajuta să crească. În calitate de părinte, învățați și creșteți odată cu copilul dumneavoastră.

Ce este temperamentul?

Temperamentul nu este identic cu dezvoltarea. De exemplu, aproape toți copiii de 9-18 luni, nu doar cei liniștiți, dau dovadă de timiditate și anxietate în prezența persoanelor necunoscute. Totodată, copilul liniștit este mai timid decât ceilalți copii și nu întotdeauna depășește întru totul capacitatea de acomodare treptată.

Să studiem exemplul a trei copii – Cristina, Alex și Sandu – care intră într-un parc unde sunt mulți copii. Unii fac castele de nisip, alții se leagă în scrânciob sau aleargă în cercuri după o minge mare pe care au găsit-o în parc.

Cristina intră în parc, ținând-o pe mămica de mână. Imediat cum dă cu ochii de castelul din nisip, aleargă să se alăture celorlalți copii. Ea apucă lopățile și începe să construiască, spunându-le copiilor: "Hai să-l facem uite-așa de mare!"

Cristina și alți copii de același tip, de obicei, sunt numiți copii *flexibili, adaptabili*. Ei se implică cu ușurință în situații noi și intră repede în contact cu persoane necunoscute. Le este simplu să treacă de la o activitate la alta și sunt frecvent caracterizați drept copii care se lasă purtați de val.

Alex stă mult timp ținându-se strâns de pantalonii tăticului și refuză să se desprindă de părinte. El privește și studiază activitățile din jurul său. Îi este interesant să observe cine și cum se joacă cu mingea. El face câțiva pași în direcția copiilor, ca să poată vedea mai bine. Apoi se întoarce repede la tăticul său și îl apucă de pantaloni. Peste câteva minute pare să fie mai relaxat. În curând, îl roagă pe tăticul să meargă mai aproape de copiii care se joacă. Alex se desprinde de pantalonii părintelui său și, cam timid, începe să folosească abilitățile sale motorii care devin din ce în ce mai coordonate.

Copiii cu un astfel de comportament sunt numiți *gânditori* și *precauți*, în special atunci când se află într-o situație nouă. Uneori chiar manifestă semne de frică. Adeseori le este greu să treacă de la o activitate la alta și au nevoie de mult sprijin și de mai mult timp pentru a se simți confortabil și în siguranță.

Sandu intră în parc în fugă, lăsând-o pe bunica în urmă. Nu are timp de pierdut – se grăbește să ajungă la terenul cu echipament de cățărat. Când vede că acolo sunt mulți copii, se avântă să ajungă primul la tobogan. Râde zgomotos în timp ce aleargă, sperind o fetiță mai mică, care începe să plângă.

Copiii ca Sandu sunt numiți *energici*. Ei manifestă multă pasiune și entuziasm față de lucrurile care le plac și pe care vor să le facă. Le este greu să-și controleze emoțiile și sentimentele puternice. Sar în sus de bucurie când sunt fericiți și protestează zgomotos când nu le place ceva.

Comportamentul Cristinei, al lui Alex și al lui Sandu nu i-a surprins pe adulții care îi însoțeau. În continuare, vom încerca să relevăm acțiunile posibile care ne-ar face viața mai ușoară. Vom încerca să determinăm cum ar putea părinții să asigure copiilor lor condițiile cele mai propice, ținând cont de tipul de personalitate al fiecărui copil.

Ce înseamnă temperament?

- Temperamentul caracterizează personalitatea fiecărui om și reacțiile sale cele mai tipice la lumea înconjurătoare.
- Fiecare om se naște cu un anumit tip de temperament. Temperamentul se manifestă clar chiar și la bebeluși, când aceștia reacționează la obiectele și la persoanele care îi înconjoară.
- Nu putem să alegem temperamentul care ne place nici pentru noi înșine, nici pentru copiii noștri.
- Fiecare dintre noi manifestă un spectru larg de caracteristici temperamentale.
- Nu există temperamente sau trăsături preferabile. Orice trăsătură de caracter are aspecte atât pozitive, cât și negative.



ACTIVITATE

Păienjeniișul personalității

Notă pentru facilitator: Ați putea crea o „pânză de păianjen” privind personalitatea copilului dvs. pentru a modela această activitate pentru părinți.

- Împărțiți participanților câte o foaie de hârtie și rugați-i să lipească în centru poza copilului lor sau să deseneze o căsuță în centrul căreia să scrie numele copilului.

- Fiecare participant este rugat să scrie în jurul fotografiei sau desenului trăsăturile /calitățile deosebite ale copilului lor, de exemplu, fericit, furios, amuzant, perseverent, sensibil. Încurajați părinții să scrie atât aspectele pozitive, cât și cele negative.
- Apoi, rugați-i pe părinți să ducă o linie de la fiecare caracteristică la fotografia sau căsuța copilului.
- Rugați o persoană din grup să prezinte lucrarea-păienjeniș.
Împărțiți-le participanților materialul suplimentar “*Cele nouă caracteristici ale temperamentului*”. Puneți-le participanților întrebări sau rugați-i să facă comentarii în baza acestor caracteristici.

SUMAR

La sfârșitul activității, facilitatorul va prezenta un sumar al punctelor-cheie:

Nu există temperamente perfecte. Nici una din caracteristicile incluse în listă nu este în exclusivitate „bună” sau „rea”. Mai curând, fiecare caracteristică are aspectele sale negative și pozitive. Aceste caracteristici pot fi modificate, pe măsură ce copilul crește. Îmbinarea și intensitatea lor determină temperamentul unic al fiecărei persoane – fie părinte, fie copil.

De ce este important ca părinții să țină cont de temperamentul copilului?

Dacă veți înțelege temperamentul copilului, veți putea vedea lumea prin ochii lui. Aceasta v-ar ajuta să anticipați situațiile dificile și să preveniți situațiile de stres.

De asemenea, este util să înțelegeți care este temperamentul dumneavoastră, al părintelui. De exemplu, dacă veți ști cum se îmbină temperamentul dumneavoastră cu cel al copilului, veți putea identifica domeniile unde pot apărea conflicte și veți găsi o cale de mijloc. Veți înțelege dacă reacțiile vă sunt cauzate mai mult de temperamentul dumneavoastră decât de comportamentul copilului. Astfel veți învăța să reacționați mai adecvat și mai eficient. Puteți identifica temperamentul dumneavoastră și cel al copilului, examinând reacțiile tipice în diferite situații.



ACTIVITATE

Caracteristicile temperamentului tău, al meu, al nostru

Facilitatorul le va împărți participanților materialul suplimentar: **Temperament similar sau diferit.**

Această listă a fost elaborată pentru a le ajuta participanților să înțeleagă prin ce se aseamănă și prin ce deosebesc de copilul lor. Rugați participanții să citească fiecare punct și să identifice propria reacție. Apoi să identifice reacția copilului lor în aceeași situație. Pe fiecare scară de evaluare, să marcheze propria reacție și cea a copilului la aceeași situație. Participanții vor folosi diferite culori și simboluri (cercuri, pătrate) pentru ei și pentru copilul lor.

Părinții pot folosi această informație pentru a determina modelele de interacțiune pozitivă.

Rugați-i pe participanți să formeze grupuri mici și să discute următoarele subiecte:

- *Aveți aceleași caracteristici de temperament ca și copilul dumneavoastră la majoritatea compartimentelor?*
- *Care caracteristici se deosebesc semnificativ?*
- *Se aseamănă sau nu reacțiile dumneavoastră cu cele ale copilului?*
- *Ce probleme apar atunci când reacțiile dumneavoastră nu coincid cu cele ale copilului?*



Reacția la diferențele de temperament – Calea spre succes

LECTURĂ DE BAZĂ

Intensitatea reacției: Copiii activi și pasivi

Copiii activi, care dispun de o reacție intensă, ne dau de înțeles despre felul în care se simt. Ei reacționează foarte intens în diverse situații – își exprimă fericirea strigând de bucurie sau își exprimă furia și supărarea prin lovituri și mușcături. Ei reacționează intens atât la stimulările emoționale, cât și la cele fizice. Pe astfel de copii îi deranjează unele mirosuri neplăcute.

Unii copii reacționează pasiv și calm în orice situație. Părinții unor astfel de copii se consideră fericiți, deoarece copiii lor sunt liniștiți, rareori plâng și dorm încontinuu. Totuși, părinții acestor copii vor avea nevoie să depună mai mult efort pentru a atrage și susține atenția lor.

Nivelul de activism: copiii energici și liniștiți

Unii copii nu stau locului o clipă. Ei simt nevoia se să miște în permanență – să sară, să alerge, să se cațere. Acest nivel înalt de activism este ceva firesc pentru ei, este modul lor de a fi. Părinții sunt acei care vor trebui să țină pasul cu copiii.

Unii copii stau liniștiți într-un loc. Ei explorează cu ochii – le place să privească și să asculte în liniște ce se întâmplă în jur.

Interacțiunea cu alții: copiii sociabili vs. copiii timizi

Unii copii manifestă entuziasm și deschidere față de oamenii noi. Chiar dacă încă nu vorbesc, acești copii interacționează cu mare entuziasm cu oamenii străini – ei zâmbesc cu plăcere, gânguresc, se atașează de persoane noi și au o atitudine pozitivă. Le place să fie înconjurați de cât mai multă lume.

Alți copii sunt mai timizi în prezența străinilor. Ei au nevoie de timp pentru a se adapta la situații sau oameni noi. Le place să se joace de sine stătător sau cu un prieten/adult. Acești copii preferă să stea mai degrabă cu părinții și nu au nevoie de mulți prieteni.

Reacția la schimbare

Unii copii fac față schimbărilor ușor. Pentru ei orice fenomen nou – legat de prieteni, mâncare, îmbrăcăminte – le face viața mai interesantă. Astfel de copii pot fi luați oriunde. Ei vor adormi chiar și într-un restaurant în care e multă lume și e gălăgie.

Pentru alții, orice schimbare este dificilă – fie că este vorba de un aliment nou, de o schimbare în programul zilnic sau de schimbarea poziției pătuțului. Acești copii sunt mult mai predispuși spre accese de furie. Ei au nevoie de mult timp pentru a se adapta la oameni și situații noi.

Perseverența, răbdarea și frustrarea: Să mai încercăm odată/ Nu pot

Perseverența – a face față provocării, a duce la bun sfârșit o sarcină, a face față frustrării. De regulă, copiii perseverenți sunt și răbdători.

Alți copii plâng ori de câte ori fac o greșală sau nu pot duce la bun sfârșit o sarcină. Se frustrază ușor și nu au răbdare. Acești copii nu vor încerca alte modalități, ci vor refuza să îndeplinească sarcina.



ACTIVITATE

În calitate de părinți, putem să învățăm a aprecia personalitatea copilului și să adaptăm temperamentul propriu la cel al copilului. De asemenea, îl putem învăța pe copil să-și modifice reacțiile, pentru a interacționa cu succes cu alte persoane. Această activitate îi va ajuta pe părinți să determine modalitățile de încurajare a interacțiunii dintre copiii cu temperamente diferite.

Rugați-i pe participanți să formeze 5 grupuri mici. Iată subiectele pentru discuție pentru fiecare grup:

- *Grupul I: Intensitatea reacției*
- *Grupul II: Nivelul de energie / Nivelul de activism*
- *Grupul III: Reacția la schimbare*
- *Grupul IV: Interacțiunea cu alții*
- *Grupul V: Perseverența, răbdarea și frustrarea.*

Oferiți fiecărui grup o descriere a tipurilor de temperament (vezi Informațiile pentru facilitator). Rugați participanții să ofere și alte descrieri dacă le consideră necesare.

Lucrând în grupuri, participanții vor fi rugați să ofere sugestii sau idei despre modul în care părinții ar trebui să reacționeze la diverse tipuri de temperamente ale copiilor. Rugați participanții din fiecare grup să scrie propriile sugestii pe foaia de flip-chart. Apoi să afișeze foile pe perete, astfel încât să poată fi văzute de către toți participanții.

Întruniți participanții în grup mare și discutați următoarele întrebări:

- *Există recomandări cu care nu sunteți de acord?*
- *Ce recomandare vi s-a părut inovațională și creativă?*

La sfârșitul activității, prezentați un sumar al punctelor-cheie:

- Ajustați comportamentul, îndrumările și cerințele privind disciplina la temperamentul copilului dumneavoastră.
- Învățați copilul cum să se comporte în situațiile care pot fi dificile din cauza temperamentului său. Părintele trebuie să-l ajute pe copil să-și dezvolte calitățile necesare pentru a se adapta la diferite situații.
- Planificați lucrurile din timp pentru reușită. Studiați situația și vedeți ce puteți face pentru a ajuta copilul în situația dată. Identificați lucrurile care pot fi modificate și cum pot fi ajustate în mod creativ lucrurile care nu pot fi schimbate.
- Acceptați temperamentul și talentele fiecărui copil. Țineți cont de caracteristicile unice ale fiecărui copil când planificați activitățile, când impuneți reguli de comportament sau când organizați jocuri. Întotdeauna concentrați-vă asupra calităților pozitive ale copilului.



DISCUȚII ÎN GRUP

Aveți grijă de dumneavoastră

Ați putea încheia această discuție, rugându-i pe participanți să dea exemple despre felul în care să-și planifice timp și să acumuleze energie pentru a reacționa la nevoile copiilor. Încurajați ideile pe care părinții le pot transpune în viețile lor de fiecare zi. Împărțiți-le materialul suplimentar: „*Aveți grijă de dumneavoastră*” și anunțați-i că pot lucra la acest material în cadrul ședinței următoare.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Propuneți-le participanților să-și amintească ce calități deosebite are copilul lor. Rugați-i să se gândească la o calitate pe care o consideră provocatoare și în ce fel această calitate i-ar putea fi de folos copilului în viitor. De exemplu, copilul care este hotărât să facă un lucru în felul lui, poate întâmpina anumite dificultăți acum, dar într-o zi va putea deveni un lider sau își va putea deschide o afacere. Rugați părinții să se gândească și să discute despre aceasta în cadrul ședinței următoare.



ACTIVITATE PENTRU ACASĂ

Rugați-i pe părinți să se gândească ce calități deosebite are copilul lor. Încurajați-i să scrie împreună cu copilul o carte sau o povestire care să pună în evidență trăsăturile de caracter unice, speciale ale lui. De exemplu, povestioara poate avea titlul „*Anei îi place să râdă*” sau „*Cum a lucrat Sandu*”. Copilul dumneavoastră vă poate ajuta să ilustrați cartea. Dacă copilul este încă foarte mic, încercați să scrieți o carte pe care ați putea să i-o citiți când va crește mare.

Materialul suplimentar

Încurajarea interacțiunilor

SUMAR

- ✓ Activitățile de rutină, relațiile obișnuite, pline de afecțiune dintre părinți, dintre alte persoane apropiate și copil asigură componentele esențiale pentru încurajarea dezvoltării sociale, emoționale, cognitive și fizice a copilului.
- ✓ Prin comportamentul lor copiii își exprimă necesitățile. Pe măsură ce părinții vor învăța să înțeleagă semnalele copilului, ei vor fi capabili să reacționeze astfel încât să contribuie la dezvoltarea copilului și la formarea atașamentului sigur.
- ✓ Fiecare copil este o persoană deosebită și unică, care abordează lumea în felul său. Copilul ar putea sau n-ar putea avea același temperament ca al părintelui. Aceste diferențe trebuie înțelese și respectate pentru a promova o dezvoltare sănătoasă a copilului.
- ✓ Nu există părinți ideali. Uneori părinții ar putea să nu reacționeze la semnalele copilului sau ar putea fi prea ocupați sau oboșiți pentru a răspunde în mod optimal la necesitățile copilului.
- ✓ Amintiți-le părinților că ei nu sunt singuri. Ei pot să ceară ajutor de la persoanele apropiate. Sarcina părintelui este una dificilă – de a avea grijă de copil, însă el nu este obligat să-și asume toate grijile.



Materialul suplimentar

Descrierea temperamentului: cele nouă caracteristici

Savanții au identificat nouă trăsături sau caracteristici care ajută la definirea temperamentului copilului. Deși toți copiii manifestă într-o oarecare măsură aceste caracteristici, îmbinarea lor specifică determină tipul de temperament și îl transformă pe fiecare copil într-o personalitate unică.

Intensitatea reacției

Gradul de reacție imediată și intensitatea reacției ca răspuns la o anumită situație. Reacția, în general, poate fi negativă sau pozitivă, dar reacția imediată este foarte puternică. De exemplu, copilul poate râde mult și tare ca răspuns la un stimul neînsemnat sau poate reacționa la un stimul nesemnificativ prin accese de furie și lacrimi.



Perseverența / Distractibilitatea

Gradul în care copilul este capabil să se concentreze asupra activității, în ciuda distracțiilor. Copilul poate fi foarte perseverent, chiar dacă nu obține imediat rezultatul așteptat.

Regularitatea

Copilul are un „ceas intern” care îi dictează timpul pentru mâncare, somn sau alte activități. În cazul lui, programele și rutina au importanță majoră.

Sensibilitatea

Copilul manifestă o reacție imediată puternică la emoții – fie ale sale, fie ale altor persoane. De asemenea, copilul este sensibil la gustul, textura, mirosul obiectelor și la sunete. Este posibil să-l irite mirosurile, lumina intensă și sunetele muzicii.

Perceptivitatea

Copilul observă și comentează totul ce se întâmplă în jurul lui. Manifestă interes față de culori, sunete, mirosuri, oameni și situații. Este dornic să obțină experiențe noi și este capabil să identifice și să înțeleagă sentimentele altor persoane.

Adaptabilitatea

Se poate adapta cu ușurință la schimbări în situații sau în programul zilei, fără a manifesta semne de stres. Reacționează normal la schimbările neașteptate și nu se lasă pradă dezamăgirii.

Nivelul energetic/Nivelul de activitate

Raportul dintre durata perioadelor active – când copilul se joacă, aleargă, se mișcă – și durata perioadelor liniștite – când copilul se odihnește, se relaxează sau se joacă liniștit.



Prima reacție

Se referă la modul în care copilul reacționează la persoane, obiecte sau situații necunoscute. Unii copii manifestă interes și doresc să studieze totul îndeaproape, iar alții sunt mai retrași și refuză să se implice.

Dispoziția

Acest parametru se referă la durata perioadelor de mulțumire și fericire, când copilul zâmbește și interacționează cu lumea din jur sau, invers, durata perioadelor când copilul este serios și retras.

Nu există temperamente perfecte. Nici una dintre cele nouă caracteristici nu este „bună” sau „rea”. Mai degrabă, fiecare caracteristică are aspectele sale negative și pozitive. Aceste caracteristici pot fi modificate, pe măsură ce copilul crește. Îmbinarea acestor caracteristici și intensitatea lor determină temperamentul unic al fiecărei persoane – fie părinte, fie copil.

Materialul suplimentar

Lista de verificare: Temperament similar sau diferit

Această listă a fost elaborată pentru a vă ajuta să înțelegeți prin ce vă asemenați și prin ce vă deosebiți de copilul dumneavoastră. Citiți fiecare punct și identificați reacția dumneavoastră. Apoi identificați care ar fi reacția copilului dumneavoastră în aceeași situație. Pe fiecare scară de evaluare, marcați reacția dumneavoastră și a copilului la aceeași situație. Folosiți diferite culori și simboluri (cercuri, pătrate) pentru dumneavoastră și pentru copilul dumneavoastră.

<i>Intensitatea reacției</i>						
Copilul. Unii copii rămân calmi în orice situație. Reacția altora este zgomotoasă, energică și îndelungată. Unii copii reacționează imediat la orice disconfort. Alții vă dau de înțeles mult mai rezervat că nu le este confortabil.	Părintele. Unii adulți reacționează foarte intens în multe situații și nu se pot liniști un timp îndelungat. Ei ridică vocea, gesticulează când se înfurie sau râd zgomotos când se distrează. Cât de puternice sunt reacțiile emoționale ale dumneavoastră?					
Slabă	1	2	3	4	5	Intensă

<i>Perseverența</i>						
Copilul. Unii copii ore întregi pot să zidească turnuri din blocuri, chiar dacă turnul se prăbușește de mai multe ori. Ei își văd de treabă și nu se lasă distrași de alte activități din jur. Atenția altor copii este mai puțin stabilă. Ei sunt distrași de tot ce se întâmplă în jur.	Părintele. Unele persoane se pot concentra asupra unei activități, indiferent de ceea ce se întâmplă în jur. Ele pot lucra într-un birou în care mișună lume și se aude muzică în fundal. Ele se concentrează asupra unei sarcini până o duc la bun sfârșit. Alte persoane se distrag chiar și atunci când sunt întrerupte pentru puțin timp. Pentru a îndeplini sarcina, ele au nevoie de un loc liniștit. Aceasta le ajută să se concentreze. Cât de perseverenți sunteți dumneavoastră?					
Se distrage ușor	1	2	3	4	5	Grad înalt de perseverență

<i>Regularitatea</i>						
Copilul. Unii copii se comportă astfel de parcă ar avea în interior un deșteptător. Ei se trezesc la aceeași oră în fiecare zi, mănâncă după program, se duc la culcare la aceeași oră seară de seară. De asemenea, ei sunt conștienți de propriile nevoi: „Acum sunt obosit”. Alți copii nu știu ce înseamnă programul. Pentru ei, viața este complet diferită în fiecare zi. Pot dormi de două ori pe parcursul unei zile și refuza să doarmă în ziua următoare. În cazul lor, este greu de prezis ce și când se va întâmpla. Cât de importantă este pentru copilul dumneavoastră respectarea programului?	Părintele. Unele persoane simt necesitatea să mănânce, să doarmă și să trăiască după un program exact. Modificările în program – o lecție stabilită pentru o oră matinală, o serată care a durat până noaptea târziu – pot transforma ziua următoare într-o experiență dificilă. Alte persoane nu au nevoie de programe. Ele mănâncă și dorm atunci când au poftă. Cât de important este programul pentru dumneavoastră?					
Prezența unui „Ceas intern”	1	2	3	4	5	Indiferență față de regim

<i>Sensibilitatea</i>						
Copilul. Pe unii copii îi deranjează lumina intensă, sunetele puternice, hainele umede, apa rece și țeșăturile aspre. Alți copii nici nu observă toate acestea. Cât de sensibil este copilul dumneavoastră față de obiectele din jur? Care este reacția lui la gustul, textura obiectului și la sunetele produse de acesta?	Părintele. Pe unii adulți îi deranjează unele mirosuri abia perceptibile, sunetul abia auzit emis de aparatele electrice. Alții dorm liniștit și pe timp de furtună, nu observă mirosurile și sunetele din jur. Cât de sensibil sunteți dumneavoastră? Care este reacția dumneavoastră la senzațiile cauzate de mediu?					
Insensibil	1	2	3	4	5	Extrem de sensibil

<i>Adaptabilitatea</i>						
Copilul. Pentru unii copii, schimbările nu constituie o problemă. Pe alții îi deranjează orice schimbare, oricât de mică. Evenimentele neașteptate cauzează plânsete și disconfort. Orice fenomen nou – legat de mâncare, oameni sau obiecte – îi indispuie. Cum se adaptează copilul dumneavoastră la schimbări?	Părintele. Unele persoane se lasă duse de val, schimbările de planuri și programe sunt percepute ca potențiale aventuri. Pentru alții, orice schimbare este dificilă. Ei pot să se indispuie dacă trebuie să schimbe destinația în ultima clipă sau dacă întârzie la autobuz. Dumneavoastră cum vă adaptați la schimbări?					
Nu-i plac schimbările	1	2	3	4	5	Acceptă ușor schimbările

<i>Nivelul de energie / Nivelul de activism</i>						
Copilul. Copiii cu un nivel de energie / de activism înalt nu stau o clipă locului, chiar și atunci când sunt ținuti în brațe. Copiii liniștiți se mișcă mult mai puțin și nu chiar atât de energic. Ei șed cu plăcere pe podea sau citesc cărți. Care este nivelul de energie al copilului dumneavoastră?	Părintele. Unele persoane simt nevoia să se miște în permanență. Adeseori își mișcă picioarele când stau pe loc sau șed, merg prin cameră când vorbesc la telefon. Lor le este foarte greu să stea locului. Alte persoane se simt fericite dacă au ocazia să șadă, să privească și să asculte în liniște ce se întâmplă în jur. Care este nivelul dumneavoastră de energie / activism?					
Extrem de energic	1	2	3	4	5	Liniștit

<i>Prima reacție</i>						
Copilul. Unii copii reacționează la tot ce este nou – mâncare, persoane etc. – cu mult interes și multă plăcere. Alții au nevoie de timp pentru a accepta totul ce este nou. Ei pot plânge sau pot sta foarte liniștiți mai mult timp, înainte de a accepta un lucru nou. Cum reacționează copilul dumneavoastră la ceva nou?	Părintele. Unele persoane înfruntă toate situațiile noi. Aceste persoane preferă să facă cunoștință cu oameni noi, anticipează cu plăcere un serviciu nou, o vacanță sau orice altă situație inedită. Alte persoane au nevoie de timp pentru a se adapta la situații sau oameni noi. Pentru ei este dificil să-și facă noi cunoștințe sau să viziteze locuri necunoscute. Cum reacționați dumneavoastră la situațiile noi?					
Reacționează încet	1	2	3	4	5	Participă activ

<i>Dispoziția</i>						
Copilul. Unii copii mici în majoritatea cazurilor sunt veseli. Ei zâmbesc cu plăcere, se atașează de persoane noi și au o atitudine pozitivă. Alți copii au o atitudine foarte serioasă. Alții au dispoziție constantă, fără perturbări frecvente, având un comportament neutru. Reacția lor este calmă, ei acceptă lucrurile așa cum sunt. Care este dispoziția copilului dumneavoastră?	Părintele. Unele persoane sunt mulțumite și vesele în majoritatea cazurilor. Altele sunt serioase și se plâng mereu. Sunt și persoane care îmbină calitățile primelor două categorii, nefiind nici prea vesele, nici prea ursuze. În general, cum ați descrie dispoziția dumneavoastră?					
Bine dispus, de obicei	1	2	3	4	5	Serios, de obicei

Materialul suplimentar

Aveți grijă de dumneavoastră

În calitate de părinte, sarcina dumneavoastră este să aveți grijă de copii. Dar cine va avea grijă de dumneavoastră? Desigur, dumneavoastră înșivă. Și aceasta este o sarcină importantă. Dacă veți avea grijă de dumneavoastră, veți avea suficientă energie și forță pentru a avea grijă de copiii dumneavoastră. Alimentația sănătoasă, somnul și lucrurile pe care le faceți de plăcere, vă fac să vă simțiți fericit. Încercați să aveți grijă de dumneavoastră, apelând la metodele de mai jos. Oferiți sugestii proprii.

Corp sănătos

- Alimentați-vă sănătos.
- Dormiți suficient.
- Practicați sportul.

Minte sănătoasă

- Încercați să vă relaxați și să rămâneți calm.
- Petreceți cât mai mult timp în aer liber.
- Mergeți la plimbare în parc, la lac.
- Ascultați muzică; citiți o carte.

Găsiți timp pentru prieteni

- Petreceți timpul cu prietenii.
- Împărtășiți-vă propriile probleme.

Fiți organizat

- Alcătuiți o listă cu toate lucrurile pe care doriți să le faceți în fiecare zi.
- Marcați în calendar evenimentele importante.
- Organizați-vă lucrul.



Plăcerea cărții. Pregătirea pentru citit



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor înțelege importanța participării copiilor la activități legate de citit și scris, începând cu o vârstă cât mai fragedă.
- Vor recunoaște etapele de dezvoltare a abilității de a citi și a scrie.
- Vor practica abilități privind cititul cu voce tare copiilor.
- Vor confecționa cărți, pe care le vor citi împreună cu copiii lor.

A bilitatea de a citi și scrie întrunește patru componente de bază – citirea, scrisul, vorbirea și înțelegerea. Până nu demult, se credea că acestea sunt patru abilități independente, care sunt însușite într-o anumită consecutivitate. De exemplu, se considera că, mai întâi, copilul începe să înțeleagă limba vorbită și abia apoi începe să vorbească. Există opinia conform căreia copilul poate învăța să citească și să scrie numai după ce a însușit primele două abilități. Drept rezultat, instruirea formală a

copiilor pentru a-i învăța să citească și să scrie începea la școală, când „erau gata” să învețe. Nu se acorda prea multă atenție cărților pentru copii și cititului cu voce tare acasă.

Lectură de bază

Abordarea nouă a procesului de însușire a abilității de a citi și a scrie se bazează pe concepția privind modul în care copiii se învață să citească, să scrie, să vorbească și să asculte. Experții consideră că însușirea abilității de a citi și a scrie începe la o vârstă timpurie și este influențată puternic de mediu. Procesul de însușire a abilității de a citi și a scrie este similar cu cel de însușire a abilității de a vorbi. De exemplu, dezvoltarea vorbirii începe cu mult înainte de a începe copiii să vorbească, iar interacțiunea cu alte persoane și cu diferite obiecte joacă un rol important. Astfel, copiii mici nu au nevoie de lecții formale pentru a se învăța să citească și să scrie. Dimpotrivă, aceste abilități se dezvoltă ca reacție la stimulentele potrivite din partea părinților și altor persoane apropiate.

Bazele dezvoltării vorbirii timpurii și deprinderii de a citi și a scrie

Vorbirea (limbajul)	Cărțile	Materialele tipărite	Scrisul
Ascultare	Ținerea (de exemplu: întoarcerea filelor, cunoașterea deosebirilor dintre coperta din față și cea din spate)	Etichetarea imaginilor	Mâzgăleală
Gesturi	Comentarea imaginilor	Recunoașterea cuvintelor de tipar (semne, panouri)	Desenarea unor figuri ușor de recunoscut
Cuvinte separate	Povestirea subiectului	Recunoașterea în text a cuvintelor (de pildă, a propriului nume)	Imitarea scrisului
Îmbinări din două-trei cuvinte	Imitarea cititului	Numirea literelor	Scrierea literelor de tipar
Propoziții desfășurate	Manifestarea interesului față de text	Recunoașterea literelor ca reprezentări ale sunetelor	Scrierea cuvintelor cunoscute (de pildă, a propriului nume)
		Citirea cuvintelor simple	

Studiile interacțiunilor dintre părinți și copii la o etapă timpurie au relevat caracteristicile procesului de îndrumare și susținere de către adulți a copilului în cadrul procesului de învățare, bazându-se pe ceea ce copilul știe deja să facă. Acest proces a fost numit „*scaffolding*”. Noțiunea aceasta a fost reflectată în strategii pedagogice concrete aplicate cu succes pentru a evalua și dezvolta vorbirea și deprinderile de a citi și a scrie în lucrul cu copii cu întârzieri de vorbire, cu copii defavorizați și copii din familii din medii culturale diverse. Aplicarea eficace a principiului de „*scaffolding*” are un caracter flexibil, orientat pe necesitățile copilului, în baza unui spectru larg de strategii. Aceste caracteristici sunt reflectate în abordarea pedagogică complexă, prin adoptarea regulii „*Lasă-i copilului inițiativa*”.

Regula dată constituie unul dintre aspectele-cheie ale unor practici corecte din punctul de vedere al teoriei dezvoltării, impactul ei pozitiv asupra dezvoltării vorbirii timpurii a fost remarcat atât în cazul copiilor cu dezvoltare normală, cât și în cazul copiilor cu deficiențe.



DISCUȚII ÎN GRUP

Cititul – o activitate foarte importantă

Rugați participanții să discute următoarea întrebare:

- *De ce este atât de importantă participarea copiilor la activități de citit și scris, începând cu o vârstă cât mai fragedă?*

Scriveți răspunsurile pe foaie de flip-chart, analizați-le și faceți un sumar succint al acestora, asigurându-vă că participanții au înțeles informația privind dezvoltarea creierului copilului.

Cercetările recente legate de dezvoltarea creierului relevă importanța primilor ani de viață. Creierul reacționează la stimulii din mediu. Când copilul ascultă un text citit cu voce tare, sporește ritmul de dezvoltare și complexitatea activității creierului său. Este bine știut că cititul cu voce tare este activitatea cea mai importantă pentru dezvoltarea abilității de a citi și a scrie. Cercetările au demonstrat că acei copii cărora li s-a citit în glas de la cea mai fragedă vârstă se bucură de mai mult succes la însușirea abilității de a citi. De asemenea, s-a demonstrat că o parte importantă a însușirii abilității de a citi și a scrie este expunerea copilului la mesajele scrise. Copiii care au acces la cărți se învață să interpreteze imaginile, să urmărească dezvoltarea subiectului și să atribuie cuvântului tipărit un sens concret. Aceste abilități inițiale sunt baza dezvoltării abilității de a citi și a scrie. Experiențele pozitive îl ajută pe copil să asocieze cărțile cu afecțiunea, atenția și aprobarea părinților.

În cadrul acestei discuții puteți să subliniați următoarele:

- În calitate de părinte, sunteți principala autoritate în viața copilului dvs. Îl ajutați să pună bazele dragostei de carte și de învățătură, pe care o va păstra întreaga viață. Puteți să-l ajutați pe copilul dvs. să citească, să scrie, să vorbească și să asculte bine.
- Mulți părinți consideră că abia atunci când se duce la școală copilul începe să învețe. Dar sunt atâtea posibilități pentru a-l ajuta pe copil să-și dezvolte abilitățile necesare la școală cu mult înainte de a deveni elev! Copiii care sunt expuși la o gamă largă de experiențe legate de citit acasă vor fi mai pregătiți să se învețe să citească și să scrie.
- După cum știm cu toții, abilitatea de a citi și a scrie are importanță crucială pentru viitorul oricărei persoane. Pe de altă parte, cititul este și o sursă de distracție. Cititul este poarta către o lume inedită de aventuri și plăcere. Cititul stimulează gândirea și imaginația copilului. Când vă așezați să-i citiți copilului o carte, vă apropiați și mai mult.
- Copiii învață cel mai eficient să citească și să scrie atunci când îndeplinesc acțiuni cu sens. Puteți să încurajați copilul să cucerească tărâmul cititului și scrisului, oferindu-i aceleași șanse, posibilități și răbdare ca și atunci când el se învață să vorbească. Arareori ați considerat inacceptabile greșelile de vorbire. În același mod trebuie să înceapă pentru copilul dumneavoastră și procesul minunat de studiere a scrisului și cititului.

Este momentul potrivit să le împărtășiți participanților materialul suplimentar „*Etapele de dezvoltare a abilității de a citi și a scrie*”.

Cititul cu voce tare



DISCUȚII ÎN GRUP

Începeți discuția cu următoarea activitate în perechi.

Rugați-i pe participanți să discute fiecare cu partenerul său următoarele întrebări:

- *Ce amintiri aveți legate de învățarea cititului pe când erați mici?*
- *A fost distractiv?*

- *Le citiți copiilor dumneavoastră?*
- *Ce vă place în legătură cu această activitate?*

Rugați participanții să vină cu comentarii privind întrebările de mai sus.



ACTIVITATE

Jocuri de rol: Citirea cărților cu poze

Vorbirea legată de citirea cărților cu poze a fost identificată ca o experiență de importanță majoră – cheia succeselor academice în viitor. Cititul în comun al cărților cu poze ne oferă posibilități largi să-i învățăm pe copii să vorbească și să-i ajutăm să capete deprinderi de a citi și a scrie. Atmosfera creată de cititul în comun – când părinții și copiii interacționează – îi încurajează pe copii să vorbească și le oferă părinților posibilitatea să aplice strategii de învățare, descriind pozele și reacționând la cele spuse de copil.

În cadrul acestei activități, părinții vor învăța și practica următoarele strategii de facilitare a dezvoltării vorbirii – Comentează și așteaptă, Întreabă și așteaptă, Răspunde, incluzând în răspuns informație suplimentară.

Comentează și așteaptă. O practică recomandată pe larg de toți specialiștii în domeniul modelelor de facilitare a dezvoltării vorbirii este modelarea vorbirii prin comentarii care reflectă subiectul ce prezintă interes pentru copil. O modalitate eficientă de a încuraja copilul să vorbească este descrierea desenelor din carte sau descrierea acțiunilor copilului în timp ce se joacă, făcând o pauză pentru ca copilul să reacționeze. Copiii au nevoie de timp pentru a se gândi și a codifica gândurile lor în limbaj, de aceea e important ca copiii să aibă la dispoziție cel puțin cinci minute pentru a răspunde la întrebarea părinților. Prin pauzele mai îndelungate părinții îi comunică copilului că îi interesează ceea ce el vrea să le spună.

Pauza mai lungă oferită copilului pentru a răspunde îl face pe copil să înțeleagă că adultul este interesat de răspunsul lui.

- Modelați, împreună cu un participant care va fi în rol de copil, cel puțin 5-10 exemple de comentarii.
- Practicați. Rugați participanții să formeze perechi. Oferiți fiecărei perechi o carte cu poze. Rugați o persoană din fiecare pereche să-și asume rolul de copil, iar cealaltă rolul de părinte. Rugați-i să comenteze și să aștepte răspunsul copilului.

Întreabă și așteaptă. În comunicarea cu copiii adulții folosesc două tipuri majore de întrebări: deschise și închise. Închise sunt întrebările la care copilul răspunde prin „da”, „nu” sau arătând cu degetul. În cazul întrebărilor deschise copilul trebuie să răspundă printr-un cuvânt sau frază. De exemplu, din prima categorie face parte întrebarea „Vezi pisica?”, iar din a doua – întrebarea „Ce vezi acolo?”

- Modelați cel puțin 5-10 exemple de întrebări.
- Rugați părinții să formeze perechi și să adreseze unii altora întrebări.

Răspunde, incluzând în răspuns informație suplimentară. Un instrument fundamental de facilitare a vorbirii este extinderea mesajelor copilului. Adultul repetă cele spuse de copil și extinde mesajul prin adăugarea unui sau mai multor cuvinte noi. Acest procedeu îi permite copilului să compare cele spuse de adult cu propriul mesaj și să învețe următorul nivel de dificultate în domeniul vorbirii. De pildă, dacă copilul spune „Minge”, adultul poate răspunde prin sintagma „Minge mare”. Astfel, copilul este încurajat să vorbească, să se ridice la alt nivel de complexitate și obține informație nouă.

- Modelați cel puțin 5-10 exemple de răspunsuri.
- Rugați părinții să formeze perechi și să răspundă, incluzând în răspuns informație suplimentară.

Analizați și faceți un sumar al celor trei strategii

Comentează și așteaptă

Întreabă și așteaptă

Răspunde, incluzând în răspuns informație suplimentară.

Răspundeți la toate întrebările părinților

Pentru a încheia această activitate, facilitatorul va face un sumar succint al punctelor-cheie:

- Cu cât practicați mai mult, cu atât mai bine, cu atât mai multe posibilități va avea copilul dvs. să se învețe să vorbească.
- Fiți persistent. Observați ce îl interesează pe copilul dumneavoastră. Bazați-vă pe ceea ce vrea copilul să facă.
- Este în regulă dacă copilul alege aceeași carte în mod repetat.
- Este în regulă dacă copilul vrea să citească cartea de la sfârșit, de la mijloc etc. Ideea este să-l faceți pe copil să vorbească.
- Rugați părinții să folosească aceste strategii acasă cu copiii. Rugați-i să identifice momentul și locul utilizării acestor strategii.

Este un moment potrivit pentru a le împărtăși participanților materialele suplimentare: „*Recomandări pentru cititul cu voce tare*” și „*Discutăm despre cărți – Cum o facem?*”.



ACTIVITATE

Confecționarea cărților

La această activitate participanții vor învăța/primi sugestii cum să confecționeze cărți împreună cu copiii. De asemenea, părinții pot confecționa cărți acasă, aceasta fiind o sarcină/temă pentru acasă. Părinții vor fi rugați să aducă la ședința următoare cărțile confecționate acasă.

Puteți încuraja dragostea copilului față de citit și scris, ajutându-l să confecționeze propriile cărți. Cumpărați un album sau un caiet, sau împăturiți în jumătate mai multe foi de hârtie, perforați-le la marginea îndoită și treceți prin cele două găuri o panglică sau o sfoară. Iată câteva sugestii referitoare la cărțile pe care le puteți confecționa împreună.

Cartea mea. Includeți desene sau fotografii ale rudelor, prietenilor, animalelor de casă, jucăriilor, dormitorului, obiectelor preferate, zilelor de naștere sau altor sărbători, bucatelor preferate.

Subiectele preferate. Decupați din reviste și ziare fotografii la o anumită temă preferată: mașini, animale, mâncare.

Forme și culori. Adunați imagini ale obiectelor de diferită formă. Grupați pe pagină obiectele de aceeași formă. Folosiți aceeași strategie și pentru diferite culori.

Povestiri. Dacă copilul manifestă interes față de scris, ajutați-l să compună o istorioară și scrieți-o. În continuare, copilul poate să illustreze propria istorioară.



ACTIVITATE

Alcătuirea istorioarelor

Nu este nevoie de talent inedit sau imaginație efervescentă pentru a alcătui istorioare pe placul copilului. Puteți începe de la un desen sau o fotografie. Răspunsurile copilului pot fi îmbinate pentru a forma un text coerent. Multor copii le plac alegoriile despre ei înșiși și povestirile despre ceea ce făceau părinții lor când erau mici, ca ei. Puteți chiar să rugați copilul să vă ajute: „Cum crezi, ce s-a întâmplat apoi?” Orice incident, cât de mic, poate fi transformat într-o istorioară de familie. Dacă povestiți o istorioară fără sfârșit, de fiecare dată puneți punct în episod la momentul cel mai interesant. Copilul va dori să afle cât mai curând ce urmează...

Fiecare participant va primi o copie a materialului suplimentar: „*Cititul, abilități de bază*”. Facilitatorul poate analiza aceste abilități, întrebându-i pe participanți dacă au nevoie de explicații.

Materialul suplimentar

Etapele de dezvoltare a abilității de a citi și a scrie

Iată modul în care copiii se transformă în cititori avizi și scriitori creativi, începând cu imitarea sunetelor și recunoașterea cuvintelor simple.

De la naștere până la vârsta de doi ani:

- Experimentează, producând sunete care imită intonația și ritmul de vorbire al adulților.
- Adoră să asculte cântecelele și versurile cunoscute.
- Cu plăcere se implică în jocuri simple cu verbalizare.
- Manifestă interes față de cărțile cu subiecte cunoscute.
- Încep să numească cu voce tare obiectele din imagini care le sunt cunoscute.
- Imită sunetele produse de animalele din imagini.



La vârsta cuprinsă între doi și trei ani:

- Adoră să asculte istorioare, versuri și cântece, să se joace cu degetele de la mâini, să studieze imaginile din cărți.

- Înțeleg că numele lor, scris pe foaie, înseamnă ceva special, care se referă anume la ei și la nimeni altul.
- Folosesc cu entuziasm ustensilele de scris.
- Adoră să converseze și să li se răspundă.
- Recunosc litere când le întâlnesc.
- Înțeleg că scrisul este o modalitate de comunicare.
- Adoră să dicteze scrisori și comentarii la proiectele artistice.
- Înțeleg că adulții citesc cu un scop anume.

La vârsta cuprinsă între patru și cinci ani:

- Înțeleg că adulții citesc de la stânga la dreapta și de sus în jos.
- Înțeleg că istorioara este cuprinsă în mai mare măsură în cuvintele tipărite decât în imaginile din carte.
- Pretind că citesc, bazându-se pe imaginile care îi ajută să asocieze anumite cuvinte cu istorioarele preferate.
- Înțeleg că scrisul este folosit pentru comunicare și dispune de o formă specifică și de un sistem de simboluri; recunosc și pot numi unele litere.
- Pot scrie unele litere.
- Le place să participe la jocurile care implică folosirea cuvintelor scrise și cifrelor.

La vârsta cuprinsă între cinci și șase ani:

- Recunosc și identifică unele sunete în raport cu literele care le reprezintă.
- Pot citi unele cuvinte pe litere.
- Le place să scrie și să transmită mesajele scrise altor persoane.
- Încearcă să scrie de sine stătător, inventând propria ortografie sau respectând ortografia tradițională.
- Încep să scrie cuvintele pe care le aud.
- Se învață să separe prin spații cuvintele unul de altul.
- Le place să citească anume cărțile preferate, cărți simple cu subiect previzibil, cărțile scrise de ei înșiși.



Materialul suplimentar

Recomandări pentru cititul cu voce tare

Cititul cărților împreună cu copilul este o modalitate minunată pentru a-l ajuta să învețe să citească. În plus, această activitate este sursă de satisfacție și pentru copii, și pentru părinți. Nu uitați că fiecare copil se dezvoltă într-un ritm unic și cititul trebuie să-i aducă plăcere. Nu insistați ca copilul să știe pe de rost litere, cifre, culori, forme geometrice sau cuvinte. Este preferabil să transformați învățarea în joacă și să găsiți modalități de a stârni curiozitatea și interesul copilului. În continuare vă propunem câteva sugestii privind cititul cu voce tare:

- **Transformați cititul într-o activitate zilnică.** Citiți înainte de culcare sau în drum spre grădiniță.
- **Distrați-vă.** Copiii care iubesc cărțile învață să citească. Cititul poate deveni unul din momentele speciale petrecute cu copilul.
- **Discutați despre imagini.** Nu este neapărat să citiți cartea pentru a cunoaște conținutul acesteia.
- **Lăsați copilul să întoarcă paginile.** Copiii mici pot răsfoi numai cărți cu pagini de carton gros și au nevoie de ajutor, dar copiii puțin mai mari se descurcă și singuri!
- **Arătați-i copilului coperta.** Explicați-i despre ce este cartea.
- **Arătați-i copilului cuvintele.** Indicați cu degetul cuvintele pe care le citiți.
- **Transformați cititul în spectacol.** Citiți cu voce diferită; gesticulați în timp ce citiți.
- **Puneți întrebări despre povestire.** Ce se va întâmpla în continuare? Ce-i aceasta?
- **Lăsați copilul să vă pună întrebări.** Chiar și copiii cei mai mici pot memoriza unele părți ale istorioarei.

Materialul suplimentar

Discutăm despre cărți? – Cum o facem?

Înainte ca copilul să vorbească, dumneavoastră:

Comentați și așteptați

- „Cățelul acesta are o pălărie haioasă!”
- „Viermele înoată!”
- „Ador bananele!”

Întrebați și așteptați

- „Ce s-a întâmplat aici?”
- „Ce vezi în imagine?”
- „Ce face fetița?”
- „De ce a căzut fetița?”
- „Cum broscuța a prins insecta?”

După ce copilul răspunde, puteți:



Răspunde, incluzând în răspuns informație suplimentară

- Copilul: „Băiețelul mănâncă!”
- Adultul: „Băiețelul mănâncă pâine cu unt”.
- Copilul: „Bubiță”.
- Adultul: „Copilul are o bubiță”.
- Copilul: „Îmi plac prăjiturelele”.
- Adultul: „Și mie. Mie îmi plac prăjiturelele cu ciocolată!”

Materialul suplimentar

Cititul: abilități de bază

Pentru a se învăța să citească, copiii trebuie să însușească anumite calități de bază. Copilul trebuie:

1. **Să citească cu plăcere:**
 - Să asculte istorioarele citite cu voce tare.
 - Să citească aceeași carte preferată de foarte multe ori la rând.
 - Să fie înconjurat de cărți, cuvinte și litere.
2. **Să înțeleagă că omul citește cu un anumit scop:**
 - Să înțeleagă că orice carte conține un subiect.
 - Să înțeleagă că orice carte are început, mijloc și sfârșit.
 - Să observe adulții care citesc cu plăcere cărți, reviste și ziare.
3. **Să se aventureze în lumea cuvintelor:**
 - Să recunoască cuvintele și semnele.
 - Să citească cuvântul, amintindu-și cum se citește fiecare literă și studiind imaginea alăturată.
4. **Să se corecteze singur când greșeste.**
5. **Să facă presupuneri și să le argumenteze:**
 - Să folosească cunoștințele și experiența dobândite.
 - Să determine legăturile cauză-efect.
 - Să răspundă la întrebarea: „Cum crezi, ce se va întâmpla mai departe?”
6. **Să povestească istorioarele cu propriile cuvinte.**
7. **Să observe cu plăcere structurile/modelele repetate:**
 - Repetiții vizuale.
 - Repetări ale îmbinărilor de cuvinte.
 - Istorioare cu conținut predictibil, modele de propoziții ce se repetă.
 - Cântece și poezioare cu rimă.
8. **Să „citească printre rânduri” și să determine legăturile:**
 - „Acesta este exact ca și...”
 - „Totul o să devină lipicios din cauza mierii.”
 - „M-au cântărit ca și pe fetele acestea.”



Fascinația cuvintelor



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor afla cum comunică bebelușii înainte de a învăța să vorbească și ce pot face părinții pentru a pune temelia pentru dezvoltarea limbajului de mai târziu.
- Vor revedea etapele de dezvoltare a vorbirii copiilor de 1-3 ani și vor conștientiza faptul că nivelul acceptabil de dezvoltare a abilităților de vorbire poate varia foarte mult.
- Vor înțelege de ce abilitățile de vorbire ale copiilor mici nu sunt o imitare directă a vorbirii adulților.
- Vor conștientiza care sunt oportunitățile firești de comunicare cu copiii. Momentele de rutină sunt oportunități minunate pentru învățare.
- Vor afla că întârzierile în dezvoltarea vorbirii reprezintă una dintre cele mai tipice probleme privind întârzierile de dezvoltare, de asemenea, vor afla de ce susținerea și încurajarea sunt factorii cei mai importanți în a-i ajuta pe copii să însușească limbajul.
- Vor exersa, încurajând folosirea limbajului în situații cotidiene pentru a îndruma copilul, arătându-i înțelegere și respect.
- Vor discuta despre influența muzicii și felul în care aceasta îi ajută pe copii să însușească abilitățile importante de vorbire, cum ar fi ritmul și semnificația.

Primul an de viață are o importanță crucială pentru dezvoltarea vorbirii, chiar dacă mulți bebeluși nu rostesc cuvinte clare până la prima lor aniversare. Bebelușii înțeleg limbajul cu mult înainte de a începe să vorbească. Majoritatea copiilor rostesc primul cuvânt adevărat la 10-11 luni. Copiii învață cuvintele, auzindu-le de multe ori, în diferite propoziții, rostite cu diferită intonație, însoțite de mimică și limbaj nonverbal. La început, copilul se învață încet să rostească cuvinte noi, dar capacitatea lui de a înțelege cuvintele se dezvoltă într-un ritm rapid. Pe parcursul celui de-al treilea an de viață, copilul va trece de la folosirea propozițiilor din două-trei cuvinte la folosirea propozițiilor din patru, cinci sau chiar șase cuvinte. Însușirea limbajului este un proces activ. Copiii asociază în mod direct cuvintele cu acțiunile și învață mai ușor atunci când pot participa activ la cele ce se întâmplă în jur.

Primul an de viață

LECTURĂ DE BAZĂ

Primul an de viață are o importanță crucială pentru dezvoltarea vorbirii, chiar dacă mulți bebeluși nu rostesc cuvinte clare până la prima lor aniversare. Bebelușii înțeleg limbajul cu mult înainte de a începe să vorbească. Mai întâi, ei trebuie să-i asculte pe alții vorbind și să înțeleagă ce se are în vedere. Importanța ascultării și înțelegerii este deseori subestimată. Pe de altă parte, importanța vorbirii copilului este adeseori supraestimată. Bebelușii au nevoie să asculte foarte mult, au nevoie de posibilități pentru a înțelege sensul cuvintelor și să recunoască sunetele produse de părinți și educatori. Pe parcursul primului an de viață, bebelușii participă la forme complexe de comunicare socială împreună cu părinții și cu cei care îi îngrijesc, fără a folosi cuvinte. De ce, la un moment dat, simt nevoia să apeleze la cuvinte? Dezvoltarea vorbirii la copii poate fi determinată de emoțiile plăcute.

Facilitatorii vor pregăti o miniprezentare privind etapele de dezvoltare a vorbirii pe parcursul primului an de viață. Utilizând informația de mai jos, puteți discuta despre zâmbetul și gânguritul copiilor, precum și despre primele cuvinte.

Zâmbetul

Bebeluşii încep să zâmbească de la naștere, dar, din câte știm, zâmbetele lor nu au un caracter social. Zâmbetul lor nu se oglindește în ochi și pare să fie o acțiune reflectorie. Pe parcursul primelor două săptămâni de viață, bebeluşii zâmbesc când sunt somnoroși: mușchii feței se relaxează și apare zâmbetul. Dacă sunt speriați de un sunet sau de o mișcare bruscă, ei se trezesc și zâmbetul dispare; dacă îi veți calma, zâmbetul va reapare.

În următoarele două săptămâni, unii bebeluși pot fi făcuți să zâmbească când nu dorm, în urma unei stimulări atente. La vârsta de circa 6 săptămâni, majoritatea copiilor zâmbesc când văd o față zâmbitoare sau aud o voce cunoscută. Aceasta demonstrează că bebeluşul recunoaște persoanele cele mai apropiate și începe să determine legătura dintre imagine și sunet.

La 3 luni, bebeluşul nu numai zâmbește cu ușurință când vede obiecte sau persoane cunoscute, dar și dă semne clare că-i recunoaște și-i preferă pe părinți și educatori. Aceasta demonstrează cât de mult vor bebeluşii să comunice și să facă parte din lume.

Gânguritul

La trei luni, bebeluşii încep să gângurească și viața le pare foarte captivantă. La început, gânguritul nu este numai o joacă vocală, bebeluşii descoperă bogăția de sunete pe care le pot produce cu limba, dinții, vălul palatin și coardele vocale. Ei produc la nesfârșit aceste îmbinări de sunete, în modul în care se învață să apuce obiectele sau să se rostogolească. Ei chiar produc sunete pe care nu le-au auzit niciodată și pe care nu le vor folosi când se vor învăța să vorbească. Bebeluşii gânguresc la fel în întreaga lume, indiferent dacă cresc într-o familie engleză, chineză sau indiană. Capacitatea de a gânguri este încorporată în modelul dezvoltării și chiar și bebeluşii ignorați sau absolut surzi gânguresc. Totuși, pentru ca gânguritul să evolueze, bebeluşii trebuie să audă persoane vorbind.

Bebelușii surzi nu produc deloc sunete asemănătoare cu vorbirea umană. Când copiii surzi sunt expuși limbajului semnelor de la naștere, ei folosesc mâinile la fel cum bebelușii care aud folosesc organele vorbirii. Bebelușii se nasc cu un interes accentuat față de vocea umană și tendința inerentă de a produce sunete de sine stătător. La mijlocul primului an de viață majoritatea bebelușilor poartă „conversații” lungi cu adulții. Astfel, ei învață regulile conversației, producând sunete, făcând pauze pentru a-i permite interlocutorului să răspundă și apoi „răspunzând”. Majoritatea sunetelor produse formează silabe simple, cum ar fi „pă”, „ma”, „bu” ș.a.

La 7 luni, copilul începe să se intereseze tot mai mult de sunetele limbajului. Gânguritul devine repetitiv, iar apoi apar „cuvintele” bisilabice, cum ar fi „ala”, „amam”, „mamam” și „bubu”. Treptat, „cuvintele” devin tot mai diferențiate și sunt urmate de sunete noi – „îmi”, „aia” și „ippi”. Copilului îi face tot mai multă plăcere producerea sunetelor. El se distrează enorm datorită noilor abilități însușite.

La 8 luni, copiii vor să participe activ la conversațiile adulților și adeseori strigă ca să le atragă atenția că vor și ei să converseze. În luna a 9-a, se pare că vorbirea se dezvoltă foarte rapid. Gânguritul bebelușului devine brusc tot mai sofisticat, el produce serii de silabe, cum ar fi „lu-lu-lu”. În curând, silabele sunt îmbinate în propoziții lungi și complicate, cum ar fi „ă-di-da-bu-mă”. Apariția acestui tip de argou expresiv, fluent și variat semnalizează că în curând bebelușul va începe să vorbească. Bebelușii au multă nevoie ca părinții să-i asculte și să le răspundă.

Primele cuvinte

În săptămâna a 4-a sau a 5-a, bebelușii încep să asocieze imaginile cu sunete. De exemplu, ei încep să zâmbescă numai când aud vocea mamei. În a 2-a lună, bebelușul începe să reacționeze la mai multe sunete. Sunetul produs de un obiect la cădere îl face să tresară, muzica îl calmează, dar și sunetele relativ neutre devin importante pentru el. Numai vocile par să-i producă plăcere întotdeauna, indiferent de circumstanțe și de dispoziția sa.

Dat fiind că bebelușii manifestă interes față de vocile umane, nu este de mirare că primele sunete voluntare sunt produse într-o situație de interacțiune socială. Bolboroselile pline de satisfacție produse în curând după naștere nu sunt voluntare. La vârsta de 6 săptămâni, bebelușul reacționează la zâmbete prin zâmbet și sunete. În timp ce privește o față, bebelușul zâmbeste, dă din picioare și produce sunete scurte. Bebelușii cu care părinții vorbesc frecvent sunt foarte comunicativi. Bebelușii ai căror părinți îi îngrijesc în liniște au mai puține „subiecte de discuție”. Primele verbalizări nu sunt cuvinte, dar sunt un indiciu al faptului cât de mult încearcă bebelușul să comunice conștient cu persoanele importante din jurul lui. El își folosește vocea ca un mijloc de a interacționa cu persoanele care îl înconjoară. Dumneavoastră spuneți ceva, bebelușul așteaptă să vă opriți și produce niște sunete. Acest ritm de conversație este respectat numai în cazul reacției la vocea umană.

Majoritatea copiilor rostesc primul cuvânt adevărat la 10-11 luni. La această vârstă, copiii sunt capabili să folosească sunete concrete, pentru a pronunța cuvinte concrete. Sunetul respectiv poate să nu fie un cuvânt adevărat, ci cuvântul sau sunetul inventat de copil. Această capacitate de a produce cuvinte nu apare numai datorită imitației. Copiii învață cuvintele, au-

zindu-le de multe ori, în diferite propoziții, rostite cu diferită intonație, însoțite de mimică și limbaj non-verbal. La început, copilul se învață încet să rostească cuvinte noi, dar capacitatea lui de a înțelege cuvintele se dezvoltă într-un ritm rapid.

După această miniprezentare, facilitatorii îi vor întreba pe participanți dacă au întrebări privind informația prezentată.



ACTIVITATE

Conversarea cu bebelușii

Scrieți pe foaie de flip-chart întrebările de mai jos. Rugați-i pe părinți să se gândească și să răspundă la aceste întrebări, discutându-le cu un partener sau în grup mic/mare.

Amintiți-vă astfel de momente când copilul dvs. era frustrat, trist, fericit sau plictisit.

- *Cum ați aflat că copilul se simte astfel?*
- *Ce expresii faciale, sunete/cuvinte și gesturi folosea?*

Gândiți-vă la una din activitățile de rutină din ziua precedentă (cum ar fi luarea mesei, spălatul sau îmbrăcatul).

- *Despre ce ați discutat cu copilul în timpul acestei activități?*
- *Cum credeți: ce putea învăța copilul în cadrul acestei conversații? Cum reacționa copilul?*

Faceți un sumar al discuției și împărtășiți participanților materialul suplimentar: „*Conversarea cu bebelușii*”. Analizați recomandările și întrebați participanții dacă au și alte idei referitor la modul de a vorbi cu copiii.

Cea mai eficientă modalitate de a-l ajuta pe copil să-și dezvolte vorbirea este să vorbiți și să-l ascultați cât mai mult. Când vorbiți cu copilul, nu uitați:

- Adresați-vă direct copilului.
- Folosiți cuvinte-cheie (cuvinte-etichete) în timp ce vorbiți. Copilul învață să vorbească, identificând cuvintele-cheie care apar permanent în diferite propoziții. Unul dintre cuvintele-cheie este numele copilului.
- Vorbiți cu copilul despre obiectele tangibile, ca el să vadă despre ce este vorba. Aceasta îl va ajuta să stabilească legătura directă dintre obiect și cuvântul-cheie repetat des.
- Vorbiți despre lucrurile față de care copilul manifestă interes. Chiar dacă el nu înțelege totul ce spuneți, el își va da seama de subiectul conversației și, probabil, va memoriza câteva cuvinte-cheie. Folosiți cât mai multe gesturi și expresii faciale. Sensul celor spuse devine mult mai clar, dacă arătați cu degetul la obiectele despre care vorbiți.
- Încercați să înțelegeți ce înseamnă cuvintele „inventate” de copil. Aceasta îl va motiva să încerce să vorbească mai des. Nu este important să-l corecți sau să încercați să-l învățați cum să pronunțe cuvântul corect. Copilul nu dorește să rostească corect cuvântul spus deja, ci vrea să rostească ceva nou. Copilul nu poate rosti cuvântul corect din prima încercare – această abilitate încă nu este dezvoltată deplin. Cuvântul rostit de el este rezultatul cel mai bun pentru momentul dat.



Etapele de dezvoltare a vorbirii

Împărțiți participanților materialul suplimentar: *„Etapele de dezvoltare a vorbirii: Copilul de un an”*. Când discutați cu participanții etapele de dezvoltare a vorbirii copiilor, accentuați următoarele:

- Fiecare copil se dezvoltă conform propriului ritm, de regulă, însă, ei sunt capabili de a face anumite lucruri la anumite vârste.
- Etapele de dezvoltare sunt doar niște repere.

Rugați-i pe părinți să analizeze următoarele etape de dezvoltare. Rugați-i să vă spună ce pot face copiii lor și să ofere exemple prin care să demonstreze că copiii posedă abilitățile caracteristice pentru vârsta respectivă enumerate în materialul suplimentar.

- Întoarce capul în direcția sunetului.
- Reacționează la propriul nume.
- Face din mână când vrea să spună „pa-pa”.
- Privește spre obiectul care i se arată.
- Spune „tata” și „mama”.
- Rostește cel puțin un cuvânt.
- Arată cu degetul obiectul pe care îl vrea, scoțând sunete.

De la 1 la 3 ani



Scrieți pe foaie de flip-chart următoarea întrebare:

- *Amintiți-vă cum vorbeau/conversau cu dvs. părinții pe când erați mici. Ați fost încurajați să vă exprimați gândurile și sentimentele?*

Rugați-i pe părinți să se gândească și să răspundă la întrebare, apoi să-și împărtășească ideile și experiența cu un partener sau în grup mic.

- *Cum vă simțiți când conversați cu bebelușul, iar el nu vă poate răspunde?*
- *Cum vă simțiți când conversați cu copilul dvs. și nu înțelegeți ce vă spune?*
- *Cum vă simțiți când conversați cu copilul dvs. care mereu întreabă „De ce?” sau ascultă atent ce-i spuneți, după care vă răspunde „nu”?*
- *Cum vă dă de știre copilul că vrea să vorbească?*
- *Cum vă dați seama că copilul are nevoie de liniște pentru a explora, a se juca independent sau a soluționa o problemă de sine stătător?*



DISCUȚII ÎN GRUP

Citirea independentă și Discuții

Împărțiți participanții în 2 grupuri. Împărțiți primului grup materialul suplimentar: „*Primele cuvinte: Copilul de un an*”, iar grupului doi materialul suplimentar „*Primele propoziții: Copilul de doi ani*”.

Rugați participanții să citească independent materialul propus. Întruniți participanții în grup mare și rugați-i să vă spună ce au aflat nou și ce întrebări au.



ACTIVITATE

Activitate în grup mic

Rugați părinții să se gândească la toate oportunitățile firești de a conversa cu copilul lor. De exemplu, vorbiți cu copilul în timpul rutinelor zilnice, ajutați-i să facă lista de cumpărături etc.

Oferiți participanților 5-10 minute pentru a se gândi la cât mai multe idei. Oferiți-le posibilitatea de a-și împărtăși ideile. Vedeți care grup vine cu cele mai multe sugestii.

Încheiați activitatea, împărțindu-le participanților materialul suplimentar „*Ce puteți face: ajutor în dezvoltarea vorbirii*”.



DISCUȚII ÎN GRUP

La început, vorbirea copilului nu este o copie exactă a vorbirii adulților. Copilul își definește propriile reguli logice care nu sunt în mod neapărat corecte din punct de vedere gramatical. În această etapă este important ca dvs. și alți îngrijitori să ascultați și să înțelegeți ce spune copilul decât să corectați ceea ce încearcă să spună. Răspunsul dumneavoastră, rapid și plin de înțelegere, îl va motiva să continue. El este mai preocupat să spună ceva nou decât să vorbească corect.

Copilul dumneavoastră poate să inventeze cuvinte. Nu încercați să-l corectați sau să arătați că nu-l înțelegeți. Aceasta îl poate descuraja și îl va face să se simtă confuz. Cu timpul, copilul va înlocui cuvintele incorecte cu cele corecte. Unii copii simplifică cuvintele și omit unele sunete. Un timp îndelungat unora le este greu să pronunțe anumite sunete. Nu încercați să impuneți copilul să pronunțe cuvintele corect. Totodată, este extrem de important ca copilul să audă o pronunțare corectă. Treptat, copilul va urma acest model. Ascultând și exersând, copilul dumneavoastră va însuși regulile gramaticale de bază până a merge la școală.

Împărțiți-le participanților materialul suplimentar „*Cum să înțelegeți ce spune copilul dumneavoastră*”, care oferă părinților sugestii pentru a-i ajuta să înțeleagă ce spune copilul lor.



ACTIVITATE

Activitate în perechi

Împărțiți participanților materialul suplimentar „*Etapele de dezvoltare a vorbirii: de la 1 la 3 ani*”. Rugați participanții să lucreze în perechi și să analizeze etapele de dezvoltare a vor-

birii copiilor de 1-3 ani. De asemenea, rugați-i să împărtășească unii altora nivelul abilităților lingvistice ale copiilor lor: ce etape în dezvoltarea vorbirii au fost atinse deja și prin ce etape noi urmează să treacă în timp ce învață să vorbească? Propuneți-le să discute despre frazele și cuvintele preferate ale copilului.

Notă pentru facilitator: pentru a anticipa îngrijorările părinților privind compararea nivelului abilităților lingvistice ale copiilor lor cu cel al altor copii de aceeași vârstă, veți sublinia faptul că la această vârstă, nivelul abilităților lingvistice al copiilor variază enorm. Unii copii însușesc abilități de comunicare verbală într-un ritm constant, iar pentru alții acest proces are un caracter neuniform. În afară de aceasta, unii copii sunt mai comunicativi din fire decât alții. Aceasta nu înseamnă că un copil comunicativ este mai deștept sau mai avansat decât semenii săi mai liniștiți și nici nu înseamnă că copilul respectiv dispune de un vocabular mai bogat. În realitate, copilul mai tăcut poate cunoaște tot atâtea cuvinte, dar să le folosească cu mai multă precauție. În general, băieții încep să vorbească mai târziu decât fetele, dar această diferență dispăre până la vârsta școlară.



DISCUȚII ÎN GRUP

Când însușirea limbajului este problematică

Normalitatea în cazul dezvoltării limbajului este definită larg. Vârsta la care sunt rostite primele cuvinte diferă enorm de la un copil la altul. Unii copii încep să vorbească foarte devreme, iar alții rostesc primul lor cuvânt la vârsta de 2 ani sau chiar mai târziu. Susținerea și încurajarea este, probabil, cel mai important factor care îi ajută copilului să-și dezvolte abilitățile de vorbire. Vorbiți-i copilului și încercați să nu vă descurajați. Este important să nu le permiteți copiilor care încep să vorbească mai târziu să se simtă izolați.

Distribuiți participanților materialul suplimentar „*Ce facem dacă însușirea limbajului este problematică?*”. Rugați-i să citească recomandările din acest material și să propună sugestii suplimentare pe care le-au găsit utile.

Folosirea unui limbaj pozitiv



ACTIVITATE

Scenariul - Mihai și Susana

Rugați un părinte să citească cu voce tare scenariul de mai jos. Discutați *Scenariul I* și întrebările ce urmează, propunându-le participanților să se gândească și să spună cum ar fi procedat ei în locul tatălui. Apoi, le puteți da *Scenariul II*, în care se arată cum părintele, prin autoanaliză și observare, face corectările și reacționează într-un mod senzitiv.

Scenariul I

Susana, o fetiță de 25 de luni, assemblează cu ușurință câteva piese ale unui joc puzzle, apoi se confruntă cu probleme. Ea devine frustrată și începe să arunce toate piesele jocului. Tatăl fetei,

care a observat-o în tot acest timp, a început să strige la ea: „Încetează! Nu ai voie să arunci”. Apoi, ia o piesă puzzle și îi arată unde să o pună. Susana înșfacă piesa din mâinile tatălui și strigă: „Eu singură!”. Mihai se întristează și vrea să plece, considerând că fetița refuză ajutorul lui.

Iată câteva întrebări pentru reflecție:

- *Cum credeți, ce gândește Susana și care sunt sentimentele ei? Ce vrea să ne spună prin cuvintele și acțiunile sale?*
- *Cum credeți, ce gândește Mihai și care sunt sentimentele lui?*
- *Ce ați fi spus și făcut dvs. în locul tatălui Susanei? De ce?*

Scenariul II

Mihai se întristează și vrea să plece, considerând că fetița refuză ajutorul lui, dar se oprește. Se întoarce și spune: „Asamblarea unui puzzle este uneori o activitate frustrantă. Oare unde vom pune acest căluț?”. Acum Susana este foarte atentă. El îi dă căluțul și continuă: „Să vedem unde putem pune căluțul”, arătându-i în același timp unde să-l plaseze. Fetița încearcă, dar piesa nu corespunde și atunci tatăl o îndrumă până când găsește soluția corectă. Fetița se uită la tatăl ei și exclamă de bucurie: „Eu singură!”.

Iată câteva întrebări pentru reflecție:

- *Cum a reacționat Susana la cea de-a doua încercare a tatălui ei de a comunica cu ea? Cum credeți, ce lecție a învățat copilul?*
- *Cum credeți, de ce Mihai și-a schimbat atitudinea?*
- *Cum ați reacționa dvs. în această situație? Ce ați face altfel?*



ACTIVITATE

Joc de rol: Limbajul pozitiv

Rugați participanții să dea exemple de situații din viața de zi cu zi și prin metoda brainstormingului, să numească cuvinte pe care le pot folosi pentru a arăta înțelegere și respect și care printr-o metodă pozitivă ajută la îndrumarea copilului. De exemplu, când copilul este furios și supărat; când copilul face ceva ce displace adultului; or când părintele este obligat să stabilească limite. Împărțiți participanții în grupuri mici și rugați-i să creeze un joc de rol, ce ar reflecta o situație dificilă și unde părintele folosește un limbaj pozitiv adecvat în comunicarea cu copilul.

Influența muzicii

Muzica are o influență majoră în dezvoltarea copilului. Muzica poate fi o modalitate minunată de a calma și liniști bebelușul/copilul dvs. Muzica le ajută copiilor să-și dezvolte astfel de abilități importante cum ar fi ritmul și să însușească cuvinte noi. Muzica le ajută copiilor să-și dezvolte creativitatea – să compună propria muzică. Muzica contribuie la crearea unei legături emoționale dintre părinte și copil. Chiar dacă nu au voce și nu pot cânta, părinții ar trebui să le cante copiilor lor. Studiile arată că bebelușii preferă vocile părinților lor.



Cum vă simțiți?

Rugați părinții să discute următoarele întrebări:

- *Vă amintiți cum cântați pe când erați mic? Câți ani aveți?*
- *Ce cântați? Vă amintiți cum ascultați muzică pe când erați mic sau vi se cânta?*
- *Cine vă cânta? Ce vă cânta? Ce emoții aveți?*
- *Cum vă simțiți atunci când cântați?*
- *Îi cântați copilului dvs.?*
- *Cum credeți că se simte copilul atunci când îi cântați?*
- *Ce modalități mai există de a aduce muzica în viața copilului?*

După încheierea discuției, împărțiți participanților materialul suplimentar „Cântați împreună cu copilul”.



Activitate în grupuri mici

Rugați participanții să discute în grupuri mici următoarele întrebări:

- *Copilului dvs. îi place muzica? Cum ați aflat?*
- *Copilul dvs. are un cântec preferat?*
- *Cum ați aflat că îi place acest cântec?*
- *Ce fel de muzică îi place copilului dvs.: lentă, ritmată etc.?*
- *Copilul dvs. compune muzică?*

Rugați câte un reprezentant din fiecare grup să facă un sumar succint al celor discutate. Încheiați discuția, subliniind următoarele momente:

- Muzica și dansul – o modalitate excelentă atât pentru părinți, cât și pentru copii de a se autoexprima – fizic și emoțional.
- Cântatul – o modalitate excelentă de învățare a cuvintelor noi și de însușire a ritmului limbajului.
- Cântatul – o modalitate minunată pentru părinți de a se distra și de a crea o legătură strânsă cu copilul.
- Părinții trebuie să se distreze și să cânte cântece împreună cu copiii în limba lor maternă.

Materialul suplimentar

Primele cuvinte: Copilul de un an

În curând după prima sa zi de naștere, copilul pare să înțeleagă multe din cele spuse. Modul în care adulții vorbesc cu copilul se schimbă în urma acestui hotărâre importantă în dezvoltarea copilului. Vorbitorul „ca bebelușii” și monologurile ritmate sunt înlocuite prin propoziții scurte și simple, rostite încet, clar, bine articulate.

Primele cuvinte apar, de obicei, la vârsta de un an. Primele cuvinte ale copilului sunt cuvinte-etichete – nume de persoane, denumiri de animale și obiecte care sunt importante, familiare și semnificative. Adeseori aceste cuvinte sunt greu de înțeles, căci copiii modifică sau omit unele sunete.

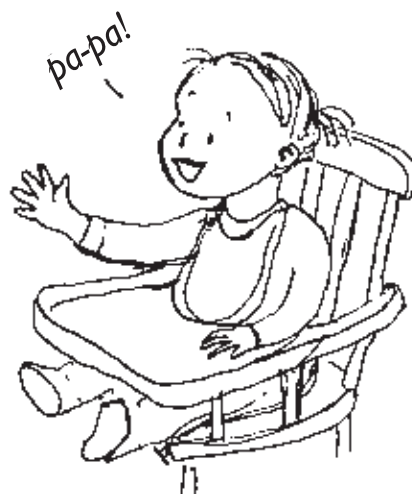
Vocabularul se extinde încet, cu un cuvânt-două pe lună. Pe de altă parte, capacitatea copilului de a stoca și înțelege cuvintele este enormă și destul de neașteptat el va începe să folosească un întreg set de cuvinte noi. De exemplu, copilul care spune la 18 luni numai zece cuvinte, va avea un vocabular de două sute de cuvinte la vârsta de 2 ani. După ce copilul împlinește 2 ani, este dificil să numărăm cuvintele pe care le învață, fiindcă ei le acumulează rapid.

Copiii învață cuvinte, adunând toate indiciile existente. Orice activitate de rutină, fiecare joacă din viața copilului sunt însoțite de seturi de cuvinte create de adulții din mediul său. Cuvintele sunt învățate prin asocierea repetată a obiectelor cu denumirea lor. De exemplu, mama spune „lapte” de fiecare dată când toarnă lapte în pahar. Laptele are un gust deosebit și dacă copilul rostește un sunet similar, cu mâna întinsă, apare băutura dorită. Cuvântul este învățat, fiindcă se repetă des când apare laptele și cunoștințele sunt consolidate, deoarece atunci când copilul vrea lapte el descoperă că rostirea cuvântului este cel mai simplu mod de a-l obține.

Aceste cunoștințe se manifestă spontan, bazându-se și extinzându-se datorită diferitor forme de comunicare pe parcursul vieții copilului. De la nașterea copilului, părinții au reacționat la semnalele lui, la plânsul și gânguritul lui; apoi, ascultând atent, s-au învățat să recunoască primele cuvinte rostite de el; acum ei anticipează primele lui întrebări și conversații simple. Copiii au o dorință innăscută de a se învăța să vorbească. Părinții trebuie să-i ofere posibilități nelimitate pentru ca fluxul conversației să fie liber, la orice nivel care este confortabil pentru copil. Cu cât mai mult părinții reacționează la cele spuse de copil, cu atât mai mult acesta se simte încurajat să vorbească.

În mod firesc, copiii vorbesc despre ceea ce se întâmplă aici, acum; conceptul viitorului nu devine real pentru ei decât la vârsta de circa 3 ani, așa că ei nu au nevoie de cuvinte pentru a exprima aceste idei la etapa inițială. Circa trei pătrimi din primele cuvinte ale copilului se referă la obiecte și persoane sau acțiuni care pot fi observate în mod direct – „sus”, „jos” sau „pa-pa” sunt cuvinte tipice, folosite în fiecare zi a vieții copilului.

Când copiii încep să folosească cuvinte, au o satisfacție enormă dacă sunt înțeleși și, la rândul lor, adoră când persoanele le răspund în mod direct. Dezvoltarea vorbirii nu poate fi examinată izolat de alte domenii ale creșterii copilului. Diferite aspecte ale dezvoltării copilului se îmbină în mod constant și este fascinant să observi cum toate se reflectă în vorbire.



Materialul suplimentar

Primele propoziții: Copilul de doi ani

La doi ani, copiii înțeleg aproape tot ce li se spune și pot vorbi, folosind un vocabular care se extinde rapid. După ce copiii se învață să folosească cuvinte separate cu diferite intonații și semnificații, ei încep să folosească îmbinări de cuvinte. Al doilea cuvânt este folosit pentru a comunica un mesaj mai complex. De exemplu, cuvântul „minge” se transformă în „mingea Ana” sau „încă minge”. Aceste îmbinări din două cuvinte ajută la înțelegerea proceselor de gândire ale copilului, pe măsură ce începe să se gândească la obiectele care nu se văd. După aceste îmbinări din două cuvinte urmează în curând unul sau două cuvinte suplimentare și astfel încep să fie formate propoziții.

Între 18 luni și 3 ani, vorbirea copilului începe să se dezvolte rapid. Copilul se transformă din bebelușul care poate rosti doar câteva cuvinte într-un membru vorbăreț al familiei. La 18 luni, copiii încă se bazează pe ajutorul părinților care pot interpreta ceea ce ei încearcă să comunice. La 3 ani, majoritatea copiilor au capacitatea de a comunica idei destul de complexe.

Pe parcursul celui de-al treilea an de viață, copilul va trece de la folosirea propozițiilor din două-trei cuvinte la folosirea propozițiilor din patru, cinci sau chiar șase cuvinte. În această perioadă, vocabularul copilului, atât cel activ, cât și cel pasiv, se extinde cu o viteză uimitoare. Totodată, cea mai semnificativă schimbare este că trece de la folosirea unui singur cuvânt pentru a numi sau „eticheta” obiectele la îmbinarea cuvintelor în afirmații, întrebări, răspunsuri, comentarii, exprimând propriile gânduri și sensuri. De asemenea, copilul începe să folosească pronume și să înțeleagă noțiunea „al meu”. Limbajul este folosit pentru a exprima idei și a comunica informații, pentru a exprima nevoile și dorințele fizice și emoționale.

Înșușirea limbii este un proces activ și cu cât copiii sunt mai des încurajați să răspundă la întrebări, cu atât mai bine. Ei asociază cuvintele în mod direct cu acțiunile și învață mai ușor dacă pot participa activ la cele ce se întâmplă în jur.



Materialul suplimentar

Ce puteți face: ajutor în dezvoltarea vorbirii

Vă propunem câteva sugestii pentru a îndruma copilul în procesul de dezvoltare a vorbirii:

Jocuri de cuvinte. Jucați-vă în jocuri de cuvinte cu copilul dumneavoastră chiar și înainte ca el să înceapă să pronunțe primele cuvinte. Unul dintre jocurile eficiente presupune să arătați diferite obiecte și să le numiți, iar apoi să rugați copilul să repete denumirea obiectului. Acest joc poate fi o inițiativă spontană, de fiecare dată când apar situații favorabile. De exemplu, în

timp ce îl îmbrăcați, îi puteți spune copilului cum se numește fiecare haină. Memoria copilului mic este încă slab dezvoltată, de aceea roștiți denumirea obiectelor numai atunci când acestea se află în câmpul lui vizual.

Etichete. Copilul învață cuvintele unul câte unul. Încercați să numiți cu voce tare obiectele din jurul său – ceea ce vede în casă, la plimbare sau la magazin. Aceasta îi va ajuta să înțeleagă că fiecare obiect are denumirea sa. Comentați ceea ce faceți. În timp ce lucrați ceva zilnic, spuneți-i copilului ce faceți și încurajați-l să participe. Aceasta îl va ajuta să cunoască vocabularul necesar pentru viața de zi cu zi.

Nivelul adecvat. Vorbiți despre lucrurile pe care copilul dumneavoastră le înțelege. Încercați să potriviți ceea ce spuneți cu nivelul de înțelegere al copilului. Încercați să folosiți același cuvânt în diferite moduri. De asemenea, este bine să vorbiți, stând cu fața la nivelul ochilor copilului.

Ascultați. Copiii trebuie să se învețe să asculte și părinții ar trebui să încerce să asculte copilul. Este important să nu-l corecți pe copil. Mai degrabă, încercați să înțelegeți ce vrea el să spună, chiar dacă nu o spune corect. Aceasta îl va ajuta pe copil să se asigure că ceea ce spune și crede este important. Copilul va fi mai predispus să asculte dacă veți vorbi cu afecțiune și veți fi înțelegători.

Citiți. Citirea este o modalitate excelentă de a familiariza copilul cu vorbirea. Copiilor le place să asculte aceeași poveste în repetate rânduri. Copiii preferă în special cărțile cu multe imagini, versurile care se memorizează ușor și obiectele bine cunoscute. Cărțile și revistele cu multe imagini deseori îi ajută să însușească limba într-un mod plăcut și distractiv.

Spuneți povești. Copiilor le place să asculte povești, în special cele în care se repetă frazele hazlii sau ritmice. Copiilor le place să asculte povești despre obiectele, persoanele și animalele bine cunoscute.

Contactul vizual. Când vorbiți cu copilul, mențineți contactul vizual. Copilul se va simți important și respectat, dacă veți păstra contactul fizic, în loc să vorbiți fără a vă uita direct la el.

Puneți întrebări. Deprinderea vorbirii este un proces activ. Încercați să-i puneți cât mai multe întrebări și să-l încurajați să răspundă. De exemplu: „Ce cântecel vrei să cântăm?” Astfel el va fi motivat să vorbească. Atenție: prea multe întrebări îl pot stresa! Este important să păstrați un echilibru.

Repetăți. Dacă este necesar, repetați ceea ce ați spus. Repetați cele spuse de copil, folosind alte cuvinte: „Suc? Mai vrei suc de portocale”. Aceasta îi va demonstra că îl înțelegeți și vă va oferi posibilitatea de a-i dezvolta abilitățile de vorbire.



Materialul suplimentar

Cum să înțelegi ce spune copilul dumneavoastră

- **Fiți atenți la ordinea cuvintelor în propoziție.** Copilul poate să încerce să comunice mesaje cu sensuri diferite, schimbând ordinea cuvintelor.
- **Fiți atenți la modul în care copilul formulează mesajele ce țin de trecut.** De exemplu, majoritatea participiilor sunt marcate de sufixul -t (cântat, fugit, făcut). Cunoscând acest lucru, copilul totuși poate crea, prin analogie, forme curioase, cum ar fi: (mi-a) plăcet (în loc de plăcut) sau (ai) făcet (în loc de făcut).



- **Fiți atenți cum formează copilul pluralul substantivelor.** De exemplu, substantivele neutre la plural, de regulă, au terminația „-uri”. Prin analogie, copilul poate adăuga această terminație și la substantive de genul masculin, care, de regulă, au la plural terminația „-i”: melcuri (în loc de melci) sau copacuri (în loc de copaci).

Materialul suplimentar

Etapele de dezvoltare a vorbirii: de la 1 la 3 ani

La 12 luni copilul

- este mai atent la vorbirea celor din jur
- răspunde la rugămințile verbale scurte
- răspunde la interdicții (înțelege ce înseamnă „nu”)
- rostește „tata”, „mama”
- încearcă să repete cuvinte

La 18 luni

- rostește cinci sau mai multe cuvinte
- înțelege peste 50 de cuvinte
- folosește îmbinări simple

La 2 ani copilul

- rostește peste 50 de cuvinte
- arată cu degetul obiectul dacă aude denumirea acestuia
- recunoaște numele persoanelor cunoscute, denumirile obiectelor și ale părților corpului cunoscute
- folosește propoziții din două sau patru cuvinte
- urmează instrucțiuni simple
- repetă cuvintele auzite în timpul conversației



La 3 ani copilul

- urmează instrucțiuni cu doi sau trei pași
- recunoaște și identifică aproape toate obiectele cunoscute, inclusiv cele reprezentate în imagini
- înțelege majoritatea propozițiilor
- înțelege raporturile spațiale („pe”, „în”, „sub”)
- folosește propoziții din patru sau cinci cuvinte
- poate spune cum îl cheamă, câți ani are, dacă este băiețel sau fetiță
- folosește pronumele („eu”, „tu”, „(pe) mine”, „ei”) și, uneori, cuvinte la plural („mașini”, „câței”, „pisici”, „copii”)
- străinii pot înțelege majoritatea cuvintelor rostite de el.



Materialul suplimentar

Ce facem dacă însușirea limbajului este problematică?

- Folosiți fraze scurte și simple și vorbiți rar.
- Numiți obiectele pe care le vede deseori și încurajați copilul să repete ce ați spus.
- Alegeți cuvinte cu sunete ușor de repetat, de exemplu, cele care încep cu sunetele m, p, b.
- Dezvoltați vocabularul copilului, ajutându-l să însușească cuvinte care se referă la obiecte și activități bine cunoscute.
- Încercați să nu corectați greșelile de pronunțare, ci să repetați corect întregul cuvânt.
- Treptat, ajutați-l să se învețe să formeze propoziții din două-trei cuvinte.
- Pe măsură ce copilul își va îmbogăți vocabularul, încurajați-l să-și exprime nevoile cu ajutorul cuvintelor.

Dacă la vârsta de 3 ani copilul dumneavoastră pare să fi însușit mai puține abilități de vorbire decât semenii săi sau dacă vă pare că nu aude și nu înțelege ce îi spuneți, adresați-vă medicului de familie. Este important și util ca intervențiile medicale necesare să fie realizate cât mai devreme, pentru a corecta întârzierile în vorbire ale copilului.

Materialul suplimentar

Cântați împreună cu copilul

- Cântați oriunde și oricând.
- Dacă nu cunoașteți cântece, inventați-le.
- Alcătuiți cântecele și poezii în care să fie numele copilului.
- Compuneți cântece împreună cu copilul.
- Distrăți-vă împreună.



Un pas înainte – de acasă la școală



Obiective:

În cadrul acestei ședințe participanții:

- Vor analiza abilitățile necesare pentru școală ale copilului.
- Vor ajuta părinții să facă mai ușoară tranziția copilului de acasă la școală, aflând mai multe despre școală și abordarea învățării.
- Vor încuraja părinții să creeze parteneriate cu școala în care învață copilul lor și să se implice activ în învățarea acestora. Părinții au un rol deosebit în succesul copilului lor la școală.
- Vor ajuta părinții să înțeleagă cauzele evitării școlii de către copii.
- Vor ajuta părinții să identifice sursele de suport și îndrumare în cadrul familiilor și comunităților.
- Vor prezenta idei despre modul în care părinții pot continua învățarea chiar și după încheierea programului.
- Vor discuta și evalua experiențele din cadrul programului și își vor împărtăși sentimentele legate de încheierea programului și legătura pe care au stabilit-o cu ceilalți participanți.

Introducere

Pentru copil, începutul studiilor este o mare aventură. Pentru familie, aceasta e o perioadă de anxietate, deoarece viața copilului mai mult nu se concentrează în familie, ci la școală. Experiența variată de acasă, îmbinată cu abilitățile sociale și intelectuale ale copilului, care se dezvoltă tot mai mult, l-au pregătit pe copil pentru a face față noilor încercări.

Pe măsură ce copilul se pregătește pentru școală, părinții pot să-i ușureze tranziția de acasă spre școală. În primul rând, atitudinea părinților va avea un impact serios asupra copilului. Dacă părinții îl fac pe copil să creadă că școala este un loc interesant, copilul va merge la școală cu așteptări pozitive. Părinții pot afla mai multe despre școală și des-

pre metodele educative folosite de învățător; dacă este posibil, părinții ar trebui să facă cunoștință cu viitorul învățător al copilului și cu directorul școlii. De asemenea, adaptarea va fi mai simplă dacă îl veți ajuta pe copil să însușească niște deprinderi elementare de autoservire.

Părinții și cadrele didactice trebuie să coopereze. Învățătorii sunt mai eficienți când înțeleg interesele și temerile, talentele și preferințele copilului. Părinții îi susțin pe învățători când înțeleg că joaca și cercetarea sunt elemente indispensabile învățării – atunci ei apreciază eforturile și succesele copilului.

Învățarea este un drum lung care începe și continuă în familie. În cadrul familiei, copilul învață mai întâi cine este și la ce s-ar putea aștepta. Așteptările membrilor familiei influențează reușita școlară a copilului. Așteptările joase limitează dorința copilului de a încerca, iar așteptările înalte îl inspiră să-și dezvolte potențialul. Prin înțelepciune, răbdare și reflectare, membrii familiei pregătesc copiii să-și continue explorările cu încredere și entuziasm, în fiecare zi.

Această ședință este împărțită în două părți. În partea întâi accentul este pus pe abilitățile/deprinderile necesare copiilor pentru a face tranziția de acasă la școală, iar în partea a doua pe necesitățile participanților odată ce programul de educație parentală se apropie de sfârșit.

Abilitățile necesare școlarului



DISCUȚII ÎN GRUP

Rugați participanții, prin metoda de brainstorming, să spună ce abilități sunt necesare școlarului. Scrieți răspunsurile lor pe foaie de flip-chart.

- Ajutați-i pe părinți să înțeleagă că posedarea de către copil a unei singure abilități nu vorbește despre faptul că copilul este pregătit pentru școală. Pentru a vedea dacă copilul este pregătit să facă față greutăților legate de școală, părinții trebuie să ia în considerație mai multe lucruri. Împărțiți participanților materialul suplimentar „Este gata de școală”?
- Subliniați faptul că ideile din materialul suplimentar ne vor ajuta să determinăm ce abilități necesare pentru școală are copilul și la ce capitol mai are nevoie de ajutor. Aceasta nu este o listă de verificare privind necesitățile școlarului. Mai curând, este o listă cu abilitățile care trebuie luate în considerare în pregătirea copilului pentru școală. Părinții pot utiliza și adapta acest material pentru copiii de diferite vârste.
- Rugați-i pe părinți să citească și să bifeze abilitățile pe care le posedă copilul lor. Rețineți, nu toți copiii posedă aceste abilități înainte de a merge la școală. Totuși, copiii care au înșușit deja aceste abilități vor avea mai multe șanse de succes.
- Amintiți-le părinților că unii copii pot să însușească anumite deprinderi cu mult mai devreme decât alții. Acest fapt nu trebuie să-i îngrijoreze, pentru că fiecare copil se dezvoltă conform propriului ritm. Părinții trebuie să aibă niște așteptări realiste față de abilitățile sociale și academice ale copilului.

Întrebați-i pe participanți dacă au întrebări legate de materialul „Este gata de școală?”. Întrebați-i dacă sunt de-acord cu toate abilitățile descrise în material. De asemenea, rugați-i să sugereze și alte abilități importante necesare școlarului. În încheierea acestei activități, puteți să le împărțiți participanților materialul suplimentar „*Copilul de 5-7 ani*”, ceea ce reprezintă un sumar al caracteristicilor tipice de dezvoltare pentru copiii de 5-7 ani. În funcție de copil, totuși, pot exista variații semnificative. Unii copii vor manifesta un anumit comportament mai devreme decât alții.

Să pășim cu dreptul: să aflăm mai multe despre școală

O cale de sporire a încrederii în școala unde va merge copilul dumneavoastră este să aflați mai multe despre acea școală. Aceasta vă va ajuta să pregătiți copilul, ca să știe la ce să se aștepte la școală. Astfel veți ști mai bine ce abilități necesare pentru școală are copilul dumneavoastră și la ce capitol mai are nevoie de ajutor.

În unele situații, părinții ar putea alege școala la care va merge copilul lor sau ar putea alege clasa sau învățătorul. Dacă există posibilitatea de a alege, părinții ar trebui să țină cont, mai întâi de toate, de temperamentul copilului, precum și să determine cum va fi instruit copilul lor și ce anume va învăța.

În multe cazuri, părinții nu pot alege școala la care va merge copilul lor. Cu toate acestea, ar fi bine să viziteze școala, să vadă ce reprezintă ea și să discute cu învățătorii și cu directorul școlii. Directorul școlii joacă un rol important în stabilirea modului de predare în școală și le poate explica părinților despre principiile educaționale și obiectivele școlii.



ACTIVITATE

Activitate în grupuri mici: Să aflăm mai multe despre școală

Rugați părinții să formeze patru grupuri mici. Fiecare grup va primi câte o sarcină:

- *Grupul I:* Alcătuiți o listă cu cele mai importante lucruri pe care ar trebui să le discutați cu copiii dumneavoastră înainte de a merge la școală.
- *Grupul II:* Ajutați copilul să scrie toate întrebările pe care le are despre școală. Cum credeți, ce întrebări ar putea avea copilul despre școală?
- *Grupul III:* Ajutați copilul să alcătuiască întrebări pe care le-ar adresa surorilor/fraților mai mari, prietenilor sau învățătorului.
- *Grupul IV:* Vizitați împreună cu copilul școala și asistați la o lecție. Ce lucruri v-ar interesa?

Apoi rugați fiecare grup să facă o prezentare în fața întregului grup.

La sfârșitul activității, faceți un sumar al punctelor-cheie. Încheiați discuția, analizând informația din materialul suplimentar: „*Clasele în care se învață în mod activ: Ce le face să fie deosebite?*”.

Părinții și școala: parteneriatul

Părinții joacă un rol important și indispensabil în reușita școlară a copilului lor. Este mai mare probabilitatea ca copilul să reușească dacă părinții lui se implică activ în educația lui. Implicarea personală aduce multe beneficii.

Părinții și cadrele didactice trebuie să coopereze. Învățătorii sunt mai eficienți când înțeleg interesele și temerile, talentele și preferințele copilului. Părinții îi susțin pe învățători când înțeleg că joaca și cercetarea sunt elemente indispensabile învățării – atunci ei apreciază eforturile și succesele copilului.



Activitate individuală / în perechi: Părinții și școala: parteneriatul

Rugați participanții să lucreze individual și să răspundă la următoarele întrebări:

- *Ce știi despre stilul de învățare al copilului dumneavoastră?*
- *Cum abordează copilul o sarcină sau cum soluționează o problemă?*
- *Copilului îi place să încerce lucruri noi și să împărtășească celorlalți ceea ce a descoperit?*

Apoi rugați participanții să discute răspunsurile cu un partener.

Discutați despre modalitățile de implicare a părinților în clasă/școală. Încurajați părinții care au copii la școală să împărtășească din experiența lor și să ofere sfaturi/sugestii de implicare.

Împărțiți participanților materialul suplimentar „Promisiunea părintelui”, care este o declarație făcută de părinte în care își asumă obligația de a participa la educarea copilului său. Discutați mesajele din această declarație. Întrebați participanții dacă sunt sau nu de-acord cu aceste promisiuni. Ce schimbări ar recomanda? Încurajați părinții să-și asume un angajament de participare/implicare în educarea copiilor lor, semnând promisiunea și plasând-o într-un loc vizibil pentru copil.

Reacții: Evitarea școlii



Majoritatea copiilor se adaptează destul de repede la programul și regulile școlii. Alții au un sentiment de frică și îngrijorare sau nu le place deloc să meargă la școală.

Aceste reacții pot avea mai multe cauze: copilul a trăit o experiență neplăcută, iar învățătorul nu a fost la curent cu aceasta; plecarea din clasă a celui mai bun prieten; schimbarea învățătorului; intimidarea copilului; stilul și modul de desfășurare a lecțiilor; volumul mare de însărcinări și activități; o altă limbă vorbită la școală care diferă de cea vorbită acasă etc.

Nu este ușor de aflat de ce copilul încearcă să evite școala. O metodă eficientă ar putea fi ascultarea „reflectivă”. Adresând o întrebare simplă, care poate duce la un răspuns, părintele poate reformula răspunsul copilului astfel încât acesta să reflecte sentimentele copilului. Aceasta îi oferă copilului posibilitatea să confirme sau să corecteze interpretările părintelui, fără a scoate în vileag cauza problemei.

Cum să identificați existența unei probleme? Copilul poate manifesta un comportament specific bebelușilor, poate deveni agresiv și furios. Când vine dimineața și e timpul să meargă la școală, copilul dumneavoastră târăgănează să se pregătească sau se plânge brusc de dureri de stomac. Aceste simptome însă dispar în week-end și de sărbători.

Manifestarea periodică a unor astfel de comportamente este un fenomen obișnuit, însă dacă acest comportament persistă, este necesară o investigație mai amănunțită. Părinții trebuie să găsească timp să-și asculte copiii într-o atmosferă calmă, acest lucru poate diminua substanțial îngrijorările și dubiile atât ale copilului, cât și ale părintelui.



ACTIVITATE

Activitate în grup mic: „Nu vreau la școală! De ce?”

Rugați participanții să lucreze în grupuri mici și să identifice de ce unii copii nu vor să meargă la școală. Propuneți-le să scrie cauzele și să sugereze modalități de intervenție a părinților. Scrieți răspunsurile lor pe foaie de flip-chart.

Întrebați participanții ce probleme/soluții au găsit a fi utile. Există recomandări/sugestii cu care nu sunt de-acord?

Împărțiți participanților materialele suplimentare: „*Nu vreau la școală: Evitarea școlii*” și „*Copiii timizi: găsirea unor noi prieteni*”. Aici părinții vor găsi sfaturi și sugestii de încurajare a copiilor timizi să se împrietenească cu alți copii.

Încheiați discuția, punând accent pe faptul că atunci când copilul începe să frecventeze școala, o mare parte din zi el o petrece acolo, o mare parte din educația lui se face acolo și o mare parte din interacțiunile lui sociale se maturizează acolo. Totuși, casa continuă să aibă cea mai mare influență asupra înțelegerii de către copil a lumii. Părinții sunt persoanele care joacă cel mai mare rol în viața copiilor lor. Aventura învățării necesită susținere constantă, încurajare și îndrumarea de acasă.



ACTIVITATE

Reflecții individuale: găsirea ajutorului și susținerii

În această activitate finală privind tranziția copilului de acasă la școală, îi puteți ajuta pe părinți să identifice unde pot apela pentru ajutor și îndrumare pe parcursul acestei „călătorii”.

Împărțiți-le participanților materialul suplimentar „*Sistemul meu de susținere*” și rugați-i să se gândească la problemele și oportunitățile discutate în cadrul acestei ședințe. (Ați putea să rugați un părinte să enumere câteva probleme și oportunități noi cu care se confruntă copiii când fac tranziția de acasă la școală.)

Rugați-i pe părinți să-și imagineze drumul pe care îl parcurge copilul lor de acasă la școală. Explicați-le că pe acest drum sunt cinci trepte, care îi pot oferi copilului ajutorul și susținerea necesară în procesul de tranziție. Rugați părinții să analizeze fiecare treaptă în parte. Prima treaptă o reprezintă părinții și alți îngrijitori primari. Încurajați părinții să-și scrie numele pe această treaptă.

A doua treaptă reprezintă suportul concret pe care l-au oferit sau îl vor oferi copilului în procesul de tranziție. Ce daruri le pot face copiilor? Rugați-i să scrie ceva pe această treaptă. De exemplu, unii părinți ar putea să scrie despre felul în care își ajută copilul să însușească abilitățile de citire.

A treia treaptă reprezintă un cerc mai larg de persoane – familia, prietenii, susținătorii. Rugați părinții să scrie pe această treaptă numele câtorva persoane.

A patra treaptă reprezintă locurile care vor servi drept resurse pentru părinți și copii, pe măsură ce ei se vor muta dintr-o instituție de învățământ în alta. Discutați despre aceste locuri și rugați părinții să le noteze pe treapta a patra.

A cincea treaptă reprezintă organizațiile care pot oferi sprijin în momente dificile, de ex., în cazul în care părinții și-au pierdut locurile de muncă etc. Pe treapta a cincea părinții vor nota organizațiile la care ar putea apela în caz de necesitate (de ex., organizații religioase, departamente de sănătate, biroul de asistență juridică etc.).

În încheierea acestei activități amintiți-le părinților încă o dată că învățarea este un drum lung care începe și continuă în familie. În cadrul familiei, copilul învață mai întâi cine este și la ce s-ar putea aștepta. Așteptările membrilor familiei influențează reușita școlară a copilului. Așteptările joase limitează dorința copilului de a încerca, iar așteptările înalte îl inspiră să-și dezvolte întregul său potențial.

Prin înțelepciune, răbdare și reflectare, membrii familiei pregătesc copiii să-și continue explorările cu încredere și entuziasm, în fiecare zi.

Tranziții: Partea II

Activitățile din Partea II îi vor ajuta pe participanți să se simtă confortabil, întrucât ședințele pentru educația parentală se apropie de sfârșit. Participanții vor fi rugați să se gândească la toate modalitățile de a ține legătura unii cu alții, precum și să ofere un feedback privind abilitățile însușite în cadrul acestui program.



ACTIVITATE

Tranzițiile

Inițiați o discuție despre tranziții, ca parte a vieții de zi cu zi. De exemplu, adulții, precum copiii, trec prin perioade de tranziție atunci când se mută de la o casă la alta, când trec de la o etapă la alta sau de la un rol la altul. Și noi, ca grup, efectuăm tranziția – de la un program formal, structurat la unul mai puțin formal și necunoscut.

Amintiți-le participanților că perioada de tranziție sau schimbare poate fi una stresantă. Schimbarea, totuși, poate fi un moment bun și emoționant – în special când această schimbare are la bază suportul și resursele necesare pentru a trece de la o etapă la alta. Copiii, de exemplu, fac față ușor tranzițiilor dacă beneficiază de susținere și încurajare din partea părinților.

Rugați participanții să discute în perechi despre o perioadă de tranziție din viața lor, care a fost o experiență stresantă la început, dar care s-a încheiat pe o notă pozitivă, cum ar fi căsătoria, un nou loc de muncă, mutarea.

Rugați-i pe părinți să spună dacă au beneficiat de susținere pentru a trece mai ușor peste această etapă.



DISCUȚII ÎN GRUP

Întruniți participanții în grup mare și rugați-i să ofere exemple de tipuri de susținere de care au beneficiat. Întrebați participanții cum ar continua ei să se susțină după încheierea acestei ședințe. Iată câteva sugestii:

- Să facă schimb de telefoane și adrese.
- Să continue să se întâlnească cu grupul cu sau fără facilitator.
- Să planifice o reuniune, stabilind o dată exactă.
- Să creeze un club pentru părinți unde s-ar aduna în mod regulat.



DISCUȚII ÎN GRUP

Cutia cu cadouri

Desenați pe o coală de hârtie un pătrat mare, iar în partea de sus a acestuia – o fundiță, reprezentând o cutie pentru cadouri. Rugați participanții să se gândească la tot ce-au învățat pe parcursul acestor ședințe, inclusiv ce abilități noi au însușit. Reamintiți-le că aceste abilități noi sunt ca niște daruri pe care le vor oferi copiilor lor.

Amintiți-vă niște lecții pe care le-ați învățat de la un părinte pe parcursul acestor ședințe și utilizați-le ca un exemplu de cadou oferit dvs. de către acest părinte.

Rugați părinții să-și amintească ce au învățat nou, ce idei sau sugestii vor lua cu ei după încheierea programului de educație parentală. Scrieți răspunsurile părinților în interiorul cutiei pentru cadouri.

Îi puteți ajuta pe părinți să înceapă, sugerându-le câteva idei: să țin cont și să înțeleg ce dorește și/sau ce simte copilul meu; să petrec mult timp, jucându-mă cu copilul meu; să impun disciplina și să dau dovadă de fermitatea necesară pentru ca copilul meu să se învețe să respecte autoritatea altora; să ajut copilul în pregătirea pentru școală, să găsesc timp pentru ca să-i citesc copilului etc.



DISCUȚII ÎN GRUP

Ce a însemnat acest program pentru mine

Participanții vor discuta și evalua propriile experiențe în cadrul acestui program, își vor împărtăși sentimentele legate de încheierea ședințelor pentru educația parentală.

Scrieți pe foi de flip-chart câteva fraze incomplete:

- În cadrul programului de educație parentală cel mai mult mi-a plăcut
- Lucrul care într-adevăr m-a surprins este
- Sunt bucuros/bucuroasă că am învățat
- Dacă aș avea o baghetă magică aș
- Aflându-mă în acest grup
- Când mă gândesc că aceasta este ultima noastră ședință
- Cel mai mult îmi va lipsi

Împărțiți participanților fâșii de hârtie și rugați-i să scrie pe ele răspunsurile la întrebările de mai sus. Atenționați-i să ofere un singur răspuns pentru fiecare întrebare și să lipească fișele pe foile de flip-chart.

În grup mare, rugați voluntarii să-și împărtășească din răspunsurile la întrebările de mai sus și faceți un sumar al celor mai importante idei. Această activitate vă poate ajuta să colectați informații pentru evaluare.

Așa cum nu există un mod corect de a conduce un grup sau de a fi părinte, tot așa nu există un mod corect de a încheia lucrul cu acest grup de părinți. Dar urmați-vă instinctele și țineți cont de necesitățile grupului. Deși părinții vor menține legătura unii cu alții și vor stabili să se întâlnească ca grup, este important să menționați că lucrul dvs. cu grupul se încheie aici.

Este de asemenea important să le comunicați părinților ce ați învățat de la ei și cum vă va influența pe dumneavoastră această experiență.

Materialul suplimentar

Este gata de școală?

Abilități necesare școlarului	Copilul meu (bifați)	Comentarii
<i>Vorbirea, abilitatea de a citi și a scrie</i> Folosește fraze complete Poate reproduce o poveste cunoscută Ascultă și urmează instrucțiunile Știe diferența dintre literă și cuvânt Înțelege că textul se citește de la stânga Recunoaște câteva litere Poate citi propriul nume Poate citi câteva cuvinte simple		
<i>Numărutul și socotitul</i> Poate scrie litere și/sau cuvinte Recunoaște numeralele până la zece Poate număra corect obiectele dintr-un set, până la urmă (până la 10 sau până la 20) Poate folosi obiecte simple pentru a crea și rezolva probleme simple de adunare sau scădere Recunoaște formele geometrice Recunoaște și creează modele logice simple Măsoară obiecte și poate spune care dintre ele este mai lung, mai scurt, mai greu, mai ușor Aranjează obiectele de la mare la mic Sortează obiectele în două sau mai multe categorii		
<i>Comunicare socială</i> Împarte obiectele cu alții Lucrează bine în grup Ascultă când este în grup, își așteaptă rândul pentru a vorbi Urmează instrucțiuni simple Îi place să vorbească cu alte persoane; inițiază conversații Ridică vocea, când este necesar		

Sentimente (emoții) Se separă ușor de părinți Înțelege ce e bine și ce e rău Poate numi sentimentul – poate spune cum se simte și cum ar putea să se simtă alții Este insistent; este capabil să îndeplinească o sarcină până la capăt Este capabil să se joace în grupuri mici sau cu un singur copil	
Dezvoltarea fizică Ține creionul cu degetele Poate încheia nasturi, butoane, fermoare Colorează imaginile fără a depăși conturul acestora Taie cu foarfecele. Prinde mingea moale aruncată spre el sau care sare spre el Sare cu ambele picioare și într-un picior Poate controla coordonarea ochi-mână; poate pune obiectul în locul dorit	

Materialul suplimentar

Copilul de 5-7 ani

În continuare vă propunem un sumar al caracteristicilor tipice de dezvoltare pentru copiii de cinci-șapte ani. În funcție de copil, totuși, pot exista variații semnificative: unii copii vor manifesta un anumit comportament cu mult mai devreme decât alții. Copilul dumneavoastră:

Relații familiale

- Este mai puțin dependent de părinți, dar încă are nevoie de susținere.
- Are nevoie de asigurări că este iubit.
- Are simțul datoriei, își asumă responsabilități în cadrul familiei.

Colegii

- Începe să înțeleagă punctul de vedere al altor persoane.
- Își dezvoltă respectul de sine în baza interacțiunii cu alți copii.
- Are doi sau trei prieteni apropiați.
- Puțin interacționează cu reprezentanții celuilalt sex.
- Învăță să-și împartă lucrurile cu alții și să-și aștepte rândul.
- Poate participa la jocuri organizate.

Emoțiile

- Începe să-și inhibe agresivitatea; soluționează problemele prin discuții.
- Manifestă simțul umorului, exprimat adeseori prin ghicitori, glume sau cuvinte fără sens.

Școala

- Își dorește ca învățătorul să-i aprecieze succesele.
- Îi place să învețe și vrea să aibă succese la școală.
- Este influențat de atitudinile și valorile învățătorului.

Gândirea

- De regulă, face distincție clară între fantezie și realitate.
- Își poate menține interesul asupra unui subiect pentru un timp mai îndelungat.
- Ia decizii după ce se gândește și cântărește lucrurile mai bine.
- Are memorie bună când este vorba de idei concrete, poate memoriza două lucruri concomitent pentru perioade scurte de timp.
- Poate înțelege și respecta regulile.

Limbajul

- Învăță că cuvintele și imaginile reprezintă obiecte.
- Își amintește și poate descrie evenimente din trecut și prezent.
- Uneori poate folosi limbajul în mod agresiv.
- Înțelege mai multe cuvinte decât folosește în vorbire și în scris.
- Poate să facă haz de cei care vorbesc o altă limbă.

Dezvoltarea fizică

- Crește – dar se va ține cont de faptul că fetele se dezvoltă mai repede decât băieții.
- Are o bună coordonare ochi-mână și manifestă motricitate fină bine dezvoltată.
- Poate să folosească instrumente și materiale simple.
- Este foarte energic.

Materialul suplimentar

Clase în care se învață în mod activ

Ce le face să fie deosebite?

Cadrele didactice cu spirit creativ și clasele lor au anumite caracteristici care le oferă copiilor cele mai bune oportunități pe calea învățării continue. Aceste clase sunt centre de învățare activă care stimulează imaginația și sporesc încrederea în sine. Ele oferă legăturile necesare cu viața copilului în familie, în afara școlii.

În timp ce faceți cunoștință cu învățătorul copilului dumneavoastră și studiați clasa în care va învăța, asigurați-vă că observați lucrurile care îi vor ajuta copilului să învețe cât mai bine. Acordați atenție următoarelor aspecte:

Învățarea activă

- Interesele copilului constituie punctul de pornire cel mai important în procesul de învățare.
- Copilul își creează singur oportunități pentru a-și spori cunoștințele. Jocurile îl ajută să învețe.
- Copiii au multe posibilități de a alege diferite proiecte și activități.
- Copiii lucrează în grupuri mici, ajutându-se reciproc și învățând unul de la celălalt.

Imaginația și încrederea în sine

- Învățătorii pun multe întrebări care îi încurajează pe copii să gândească. Ei inițiază discuții, întrebând „Ce ar fi dacă am face așa? Cum am putea face aceasta în alt mod? Cine are alte idei?”.
- Erorile sunt considerate pași spre învățare, nu greșeli sau eșecuri. Învățătorii reacționează la erori astfel încât copiii să nu se teamă că pot greși.
- Sala de clasă este confortabilă și viu colorată, dotată cu materiale diverse și interesante. Toate formele de comunicare sunt încurajate: cititul, scrisul, ascultatul, vorbitul, desenul și cântatul.
- Sunt încurajate diferențele individuale, rasiale, lingvistice și culturale. Diferențele sunt considerate avantaje și oferă posibilități pentru a îmbogăți experiența copiilor și viața în clasă.

Legătura dintre școală și casă

- Părinții sunt întotdeauna bine-veniți în clasă. Ei sunt încurajați să joace un rol activ în educația copiilor lor.
- Activitățile și subiectele studiate de copil la școală sunt legate în mare măsură de activitățile de acasă și din comunitate.

Materialul suplimentar

Promisiunea părintelui

Când copilul meu va merge la școală, eu...

- **Mă voi asigura** că copilul meu știe că aprecieze eforturile sale și munca sa;
- **Voi controla** caietele copilului meu, pentru a vedea dacă învățătorul nu a făcut notițe, ce teme pentru acasă sunt indicate și altă informație;
- **Voi discuta** cu educatorul/învățătorul copilului meu personal, la telefon sau în scris;
- **Voi participa** la ședințele de părinți;
- **Voi fi voluntar activ** la școala în care învață copilul meu;
- **Voi fi model** pentru copil, povestindu-i ce învăț;
- **Voi citi și voi lua măsuri** în legătură cu toate mesajele din partea școlii și educatorului/învățătorului copilului meu;
- **Voi încuraja** cititul de plăcere și cel pentru studiu;
- **Voi verifica** temele pentru acasă în fiecare seară, pentru a ști ce a avut de învățat și cum s-a descurcat;
- **Voi asigura** un loc liniștit unde copilul meu să-și facă temele;
- **Voi lucra** cu copilul meu asupra temelor pentru acasă, dacă va fi necesar;
- **Voi fi implicat** în procesul de învățare al copilului meu, la școală și acasă.

Semnătura _____ Data _____

Materialul suplimentar

„Nu vreau la școală!”

Evitarea școlii

Când vine dimineața și e timpul să meargă la școală, copilul dumneavoastră târăgănează pregătirea sau se plânge brusc de dureri de stomac? Aceste simptome dispar sâmbăta, duminica, de sărbători?

Cum puteți afla de ce copilul dumneavoastră încearcă să evite școala?

- Puteți încerca să discutați cu învățătorul copilului dumneavoastră, dar s-ar putea ca și acesta să nu cunoască exact ce anume îi cauzează copilului starea de stres.
- Ar putea fi util să modelați unele situații acasă, recreând părți ale zilei, pentru a afla care activități îi cauzează starea de stres. De exemplu, copilul ar putea avea mari emoții în cazul necesității de a vorbi în prezența colegilor. În acest sens ați putea să exersați cu el acasă.
- Copilul care urăște școala fiindcă este timid poate să se simtă mai bine știind că unul dintre părinții lui a fost și el timid. De asemenea, ar putea ajuta exemplele unor persoane celebre care au fost timide când au fost copii. Invitați acasă câțiva colegi de-ai copilului care sunt și ei timizi, după părerea dumneavoastră, și oferiți-le șansa să comunice.
- Copilul de 5-7 ani își face multe griji. El ar putea să se teamă de școală, dacă crede că trebuie să poată citi. Copilul ar putea avea astfel de idei, deoarece vede că sora mai mare știe să citească. Ajutați-l pe copil să se calmeze și să nu se simtă inadecvat, laudându-l pentru succese, pentru a spori încrederea în sine a copilului. De asemenea, i-ați putea lămuri că copiii merg la școală anume pentru ca să învețe să citească și că nu trebuie să cunoască totul dinainte.
- Încercați să faceți ceva distractiv de dimineață. Astfel copilul va uita de grijiile legate de școală: oferiți-i la dejun bucatele preferate, dați-i un pachet la școală cu ceva gustos, îmbrăcați-l în haina preferată.
- Unii copii pot să-și facă griji că lipsa lor va afecta părintele care rămâne acasă. Dacă copiilor li se dă de înțeles că plecarea lor la școală creează un gol în ziua părintelui, ei adeseori încep să manifeste nedorința de a merge la școală.
- Copilul care are frați sau surori mai mici poate să creadă că este trimis la școală, pentru ca părinții să îi acorde mai multă atenție bebelușului. Întrebările delicate pot ajuta copilul să-și exprime sentimentele.

Din fericire, cu timpul, copiii se obișnuiesc tot mai mult cu programul zilnic și frica de școală se reduce.

Materialul suplimentar

Copiii timizi *Găsirea unor noi prieteni*

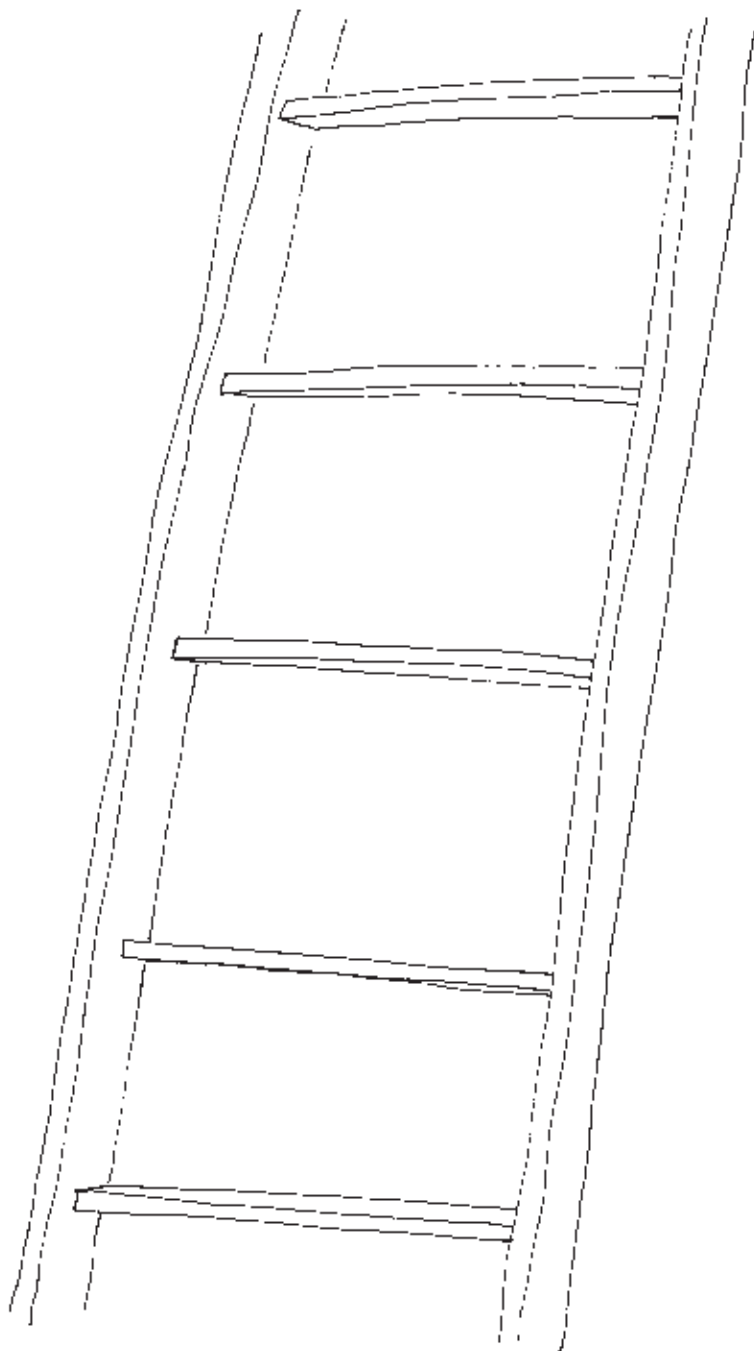
Prietenii joacă un rol important în dezvoltarea copilului dumneavoastră. Copiii învață și cercetează mai creativ atunci când se joacă împreună. Ei pot să învețe unul de la celălalt abilități noi și pot să se distreze împreună pentru mai mult timp decât ar vrea sau ar putea să o facă adulții. De asemenea, prietenii îi ajută copilului să se simtă important și încrezător.

Unii copii, totuși, întâmpină greutăți mari când trebuie să devină parte a unor grupuri sociale. Majoritatea preșcolarilor nu doresc să comunice cu străinii și uneori sunt nesiguri. În același timp, unii copii au probleme mai serioase când este vorba de adaptarea la lumea din jur. Lor le este dificil să-și facă prieteni noi; uneori, se pare că un copil timid nu are loc într-un grup deja format. Copilul poate fi timid deoarece are părinți timizi și aceștia i-au servit ca model de comportament. Poate fi vorba și de temperamentul copilului. Părinții pot încuraja copiii timizi să se împrietenească cu alți copii. Vă propunem câteva sugestii:

- Încurajați copilul dumneavoastră să aibă o părere bună despre sine. Una dintre cele mai bune căi pentru a-l face să fie încrezător este să-l ascultați. Atunci când spune ceva corect, lăudați-l; când are idei bune și conversează cu interes, lăudați-l.
- Copiii care nu au abilități sociale bine dezvoltate adeseori cred că nu arată bine. Spuneți-le lucruri bune despre modul în care arată și se poartă.
- Ajutați copilul să-și dezvolte abilitățile de vorbire. Descrieți cum ar putea intra în contact cu un grup de copii, propunându-le să se joace împreună.
- Oferiți copilului cât mai multe oportunități de interacțiune socială, în special cu prietenii dumneavoastră și copiii lor, astfel încât copilul să poată comunica cu alte persoane într-un mediu social confortabil.
- La început limitați activitatea socială la interacțiunea în grupuri mici și organizați activități care presupun cooperarea și așteptarea rândului. Copiii timizi adeseori se simt mai confortabil cu copiii mai mici, mai puțin maturi sau mai mari și mai maturi decât sine.
- Sugerați idei de jocuri înainte ca copilul să meargă în vizită sau planificați activități care pot fi realizate la dumneavoastră acasă, împreună cu prietenii copilului.
- Atrageți atenția copilului asupra cazurilor când el soluționează cu succes o problemă cu ajutorul unui prieten sau când rezolvă disputele înainte ca ele să degenereze în certuri.
- Încercați să aveți o atitudine pozitivă față de propria persoană. Dacă creați că vă așteptați ca oamenii să vă placă, copilului dumneavoastră îi va fi mai ușor să creadă că și pe el alții o să-l placă.

Materialul suplimentar

Sistemul meu de susținere



Materiale de sprijin pentru Ghidul facilitatorului pentru educația parentală

Bucletele tematice:

1. Cassie Landers, *Nou-născutul care ne uimește*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2005, 2009.
2. Cassie Landers, *Dezvoltarea socio-emoțională: primii trei ani de viață*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2005, 2009.
3. Cassie Landers, *Alimentația corectă a copilului de 1–2 ani*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2005, 2009.
4. Cassie Landers, *Ne jucăm și învățăm. Primul an de viață*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2005, 2009.
5. Cassie Landers, *Jocul. Aventura învățării*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2004, 2009.
6. Cassie Landers, *Securitatea copilului*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2004, 2009.
7. Cassie Landers, *Copilul și disciplina. O șansă de a învăța*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2004, 2009.
8. Cassie Landers, *Rolul taților în dezvoltarea copiilor*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2006, 2009.
9. Cassie Landers, *Studiați temperamentul copilului dumneavoastră*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2004, 2009.
10. Cassie Landers, *Plăcerea cărții. Pregătirea pentru citit*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2004, 2009.
11. Cassie Landers, *Fascinația cuvintelor. Copilul de 1–3 ani*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2004, 2009.
12. Cassie Landers, *Un pas înainte – de acasă la școală*, Ed. Epigraf, Chișinău, 2006, 2009.

Surse suplimentare

1. Cassie Landers, *Pediatric axată pe dezvoltare*. Ed. Epigraf, Chișinău, 2004.
2. *Copilul nostru: Ghid pentru părinți*, UNICEF Moldova, Ministerul Sănătății și Protecției Sociale al Republicii Moldova, Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „N. Testemițanu”, colab.: Viorica Berdaga, Lilia Țurcan, Svetlana Ștefanec, Casa IMAGO, Chișinău, 2005.
3. Bucletele tematice: *Nu există dezvoltare fără joc*, Ed. ARC, Chișinău, 2004.
4. *Cum să comunicăm cu copiii*, Ed. ARC, Chișinău, 2004.

Epigraf S.R.L.

str. București 60/11, Chișinău, MD-2012, Republica Moldova
tel./fax 22.85.87, 22.59.80. e-mail: epigraf@mtc.md

Tiparul executat la Firma Editorial-Poligrafică *Tipografia Centrală*.